

# 中医简易外治法

(修 订 本)

曲 祖 贻 编

人 民 卫 生 出 版 社

# 2187/15

## 前言

中医外治疗法，内容广泛，流传很久，而且简单实用，疗效显著。有些外治如指针、点刺、刮痧等法，还可用之于急救。因此，多少年来，颇受群众欢迎。

为了巡回医疗的需要，又正值庆祝国庆十周年，曾写出《中医简易外治法》。今转眼又二十年矣，通过临床实践，对于外治疗法又有新的发现，新的补充。因此，重新加以修订，以满足广大群众的需要。

在这次修订时，增加了点刺，叩刺，皮内埋针，皮外埋针，手针，间接刮痧，连续闪罐，滑罐，旋转走罐，抓顶，条打，抓火，点脊，填脐，喷雾，捏脊，睡枕，握掌等 18 种外治疗法；补充了指针，按摩，刮痧，火罐、水罐等 5 种；修订了热熨疗法等 40 种，总共 63 种外治疗法，来分治内、外、妇、儿等科的部分常见疾病，以供工厂农村医护人员的参考。

目前中西病名还未统一，书中大部分病名，仍沿用中医熟悉的病名。为了更好地掌握与推广外治疗法，有利于防病治病，请同志们提出宝贵意见，以便进一步提高。

资源分享朋友圈  
3446034937



资源整理不易!  
如果帮助到您!  
感谢您打赏支持!

# 目 录

<b>一、指针疗法</b> ..... 1	3. 操作.....13
1. 指针的来历..... 1	4. 作用.....13
2. 指针的特点..... 1	<b>五、皮外埋针</b> .....14
3. 指针的运用..... 1	1. 适应症.....14
4. 指针的补和泻..... 2	2. 工具.....14
5. 指针的常用部位..... 3	3. 操作.....14
6. 指针经验方..... 5	4. 疗程.....14
7. 注意事项..... 7	<b>六、手针疗法</b> .....14
<b>二、点刺疗法</b> ..... 8	1. 部位及适应症.....14
1. 什么叫点刺..... 8	2. 手针的刺法.....15
2. 浅刺与点刺..... 8	<b>七、火针疗法</b> .....16
3. 针前的检查..... 8	1. 适应症.....16
4. 点刺的运用..... 9	2. 操作.....16
5. 点刺的部位..... 9	3. 作用.....16
6. 点刺的适应症.....11	4. 注意事项.....16
7. 点刺的作用.....11	<b>八、挑针疗法</b> .....17
<b>三、叩刺疗法</b> .....11	1. 挑积法.....17
1. 适应症.....11	2. 挑羊毛疗法.....17
2. 工具.....12	3. 挑痰法.....18
3. 操作.....12	4. 挑暴火眼法.....18
4. 作用.....12	<b>九、按摩疗法</b> .....19
5. 说明.....12	1. 按摩的来历.....19
<b>四、皮内埋针</b> .....13	2. 按摩的优点.....19
1. 适应症.....13	3. 按摩的种类和手法.....20
2. 工具.....13	4. 按摩的适应症和禁忌症.....27

5. 按摩注意事项.....28	4. 特点.....42
<b>十、刮痧疗法.....29</b>	<b>十五、滑罐疗法.....12</b>
1. 痧症是个什么病.....29	1. 适应症.....42
2. 痧症的特征和症状.....29	2. 工具.....42
3. 刮痧的部位.....30	3. 操作.....42
4. 刮痧的工具.....30	4. 部位.....43
5. 怎样来刮痧.....30	5. 注意事项.....43
6. 痧症还有哪些治法.....31	<b>十六、旋转走罐疗法.....43</b>
<b>十一、间接刮痧疗法.....32</b>	1. 适应症.....43
1. 适应症.....32	2. 工具.....43
2. 间接刮痧的部位.....32	3. 操作.....44
3. 间接刮痧的操作方法.....32	4. 部位.....44
<b>十二、火罐疗法.....32</b>	5. 注意事项.....44
1. 火罐的来源.....32	<b>十七、抓顶疗法.....44</b>
2. 火罐的种类.....33	1. 适应症.....44
3. 拔火罐的方法.....34	2. 操作.....44
4. 操作的前后.....36	<b>十八、条打疗法.....45</b>
5. 注意事项.....37	1. 适应症.....45
6. 怎样避免火罐烫伤.....38	2. 工具.....45
7. 适应症、主穴与禁忌症.....38	3. 操作.....45
<b>十三、水罐疗法.....40</b>	4. 疗程.....46
1. 适应症.....40	5. 注意.....46
2. 工具.....40	<b>十九、抓火疗法.....46</b>
3. 操作.....40	1. 适应症.....46
4. 起罐.....40	2. 工具.....46
5. 走罐.....41	3. 操作.....46
<b>十四、连续闪罐疗法.....41</b>	4. 注意.....47
1. 适应症.....41	<b>二十、点脊疗法.....47</b>
2. 工具.....41	1. 点脊疗法的来源.....47
3. 操作.....42	2. 治疗对象.....47

3. 点脊的手法·····48	二十七、握掌疗法·····58
4. 熟悉三路二环及操作法··48	1. 苍术握掌法·····58
5. 注意事项·····49	2. 萝卜末握掌法·····58
二十一、填脐疗法·····50	3. 食盐握掌法·····58
1. 适应症及填脐的药物···50	二十八、热熨疗法·····59
2. 作用·····50	1. 盐熨·····59
二十二、含漱疗法·····51	2. 醋熨·····59
1. 黄连含漱法·····51	3. 麸熨·····59
2. 三黄含漱法·····51	4. 晚蚕砂熨·····59
3. 盐水含漱法·····51	5. 葱熨·····60
4. 茶水含漱法·····52	6. 透骨草熨·····60
5. 胡桃皮含漱法·····52	7. 砖熨·····60
6. 冰片含漱法·····52	二十九、揉动疗法·····60
二十三、喷雾疗法·····52	1. 苏叶揉法·····61
1. 连翘喷雾·····52	2. 姜汁揉法·····61
2. 米醋喷雾·····53	3. 樟木花揉法·····61
二十四、火灼疗法·····53	4. 百部酒揉法·····61
1. 单纯火灼法·····53	5. 大枫子仁揉法·····62
2. 药捻火灼法·····54	6. 枯矾揉法·····62
二十五、捏脊疗法·····54	三十、煮筒疗法·····62
1. 捏脊的特点·····54	1. 适应症·····62
2. 捏脊的对象和适应症···54	2. 制法·····62
3. 捏脊的手法·····55	3. 药煮·····63
4. 注意事项·····55	4. 作法·····63
二十六、睡枕疗法·····57	5. 注意事项·····64
1. 决明子枕·····57	三十一、膏药疗法·····64
2. 蒲公英枕·····57	1. 膏药的种类·····64
3. 晚蚕砂枕·····57	2. 几种膏药的作法·····64
4. 绿豆衣枕·····57	三十二、噙化疗法·····66
5. 菊花枕·····58	1. 硼砂噙法·····66

2. 山豆根噙法·····66	四十、截扎疗法·····73
3. 黄柏噙法·····66	1. 截疗法·····73
三十三、沐浴疗法·····66	2. 扎手指法·····73
1. 全身沐浴法·····67	3. 扎足趾法·····73
2. 局部沐浴法·····67	四十一、坐药疗法·····74
三十四、淋射疗法·····67	1. 吴茱萸坐药法·····74
1. 当归淋射法·····67	2. 枯矾坐药法·····74
2. 赤小豆淋射法·····68	3. 蛇床子坐药法·····74
3. 薄荷叶淋射法·····68	4. 香附坐药法·····74
4. 独活淋射法·····68	四十二、拍打疗法·····75
5. 黄栀子淋射法·····68	1. 手拍打法·····75
6. 白芨淋射法·····68	2. 姜水拍打法·····75
三十五、发泡疗法·····68	3. 白酒拍打法·····75
1. 大蒜泥发泡疗法·····69	4. 苍术拍打法·····76
2. 斑蝥油发泡疗法·····69	四十三、浸泡疗法·····76
三十六、塌渍疗法·····70	1. 黄酒浸泡法·····76
1. 菊、薄荷渍法·····70	2. 艾叶浸泡法·····76
2. 大蓟塌渍法·····70	3. 芭蕉汁浸泡法·····76
三十七、探吐疗法·····70	四十四、敷法·····77
1. 手指探吐法·····71	1. 热水敷·····77
2. 韭菜叶探吐法·····71	2. 冷水敷·····77
3. 鸡蛋清探吐法·····71	3. 醋敷·····77
4. 鹅翎毛探吐法·····71	4. 黄酒敷·····78
三十八、吸啜疗法·····71	5. 桂元核粉敷·····78
1. 适应症·····71	6. 绿豆粉敷·····78
2. 操作·····71	7. 连翘粉敷·····78
三十九、噓鼻疗法·····72	8. 附子饼敷·····78
1. 皂角末噓鼻法·····72	四十五、擦法·····79
2. 半夏噓鼻法·····72	1. 香菜汁擦法·····79
3. 蟾酥噓鼻法·····72	2. 葱汁擦法·····79

3. 鸡蛋清擦法·····79	1. 鸡蛋清围法·····87
4. 葱涎擦法·····80	2. 赤小豆围法·····87
5. 生姜半夏擦法·····80	3. 马齿苋围法·····87
6. 蛋擦法·····81	4. 木芙蓉围法·····87
<b>四十六、涂法·····81</b>	<b>五十一、掺法·····88</b>
1. 姜汁涂法·····81	1. 鸡内金粉掺法·····88
2. 葱、蜜涂法·····81	2. 白芨掺法·····88
3. 韭菜汁涂法·····82	3. 青黛掺法·····88
4. 雄黄涂法·····82	<b>五十二、封法·····88</b>
5. 苦蕒菜汁涂法·····82	1. 苏木封法·····88
6. 醋膏涂法·····82	2. 煅石膏封法·····89
7. 蚕豆壳灰涂法·····82	3. 三七粉封法·····89
8. 豆浆涂法·····82	<b>五十三、点法·····89</b>
9. 蓖麻子油涂法·····83	1. 点大眼角法·····89
10. 大黄油涂法·····83	2. 炉甘石点眼法·····89
11. 石灰香油涂法·····83	3. 人乳点眼法·····90
12. 獾油涂法·····83	4. 点痣法·····90
<b>四十七、洗法·····84</b>	<b>五十四、滴法·····90</b>
1. 蒲公英洗法·····84	1. 黄连水滴法·····90
2. 霜桑叶洗法·····84	2. 韭菜汁滴法·····91
3. 黄连水洗法·····84	3. 葱汁滴法·····91
4. 白矾水洗法·····84	<b>五十五、塞法·····91</b>
5. 艾葱水洗法·····85	1. 枯矾塞法·····91
<b>四十八、蒸法·····85</b>	2. 黑矾塞法·····91
1. 全身蒸法·····85	3. 芥菜子塞法·····91
2. 局部蒸法·····85	<b>五十六、吹法·····92</b>
<b>四十九、熏法·····86</b>	1. 吹耳法·····92
1. 全身熏法·····86	2. 吹鼻法一·····92
2. 局部熏法·····86	3. 吹鼻法二·····92
<b>五十、围法·····86</b>	4. 吹喉法·····92



(一)西瓜霜制法·····93	六十、刷法·····97
(二)黄瓜霜制法·····93	1.姜汁刷法·····97
五十七、导法·····93	2.骨碎补刷法·····97
1.莱根导法·····93	3.斑蝥酒刷法·····97
2.猪胆汁导法·····94	六十一、扫法·····97
3.葱汁导法·····94	1.猪胆汁扫法·····97
五十八、扑法·····95	2.大黄猪胆汁扫法·····98
1.苦参粉扑法·····95	六十二、罨包法·····98
2.白芨粉扑法·····95	1.蚕茧灰干罨法·····98
3.米粉扑法·····95	2.黄连水湿罨法·····98
五十九、贴法·····95	3.蒸包外治法·····99
1.贴豆腐法·····95	4.冰囊外治法·····99
2.贴猪肉法·····96	六十三、动物外治法·····99
3.贴玉簪叶法·····96	1.蟾蜍吸毒法·····99
4.贴荸荠法·····96	2.水蛭吸毒法·····99
5.贴鸦蛋子仁法·····97	

## 一、指针疗法

用拇指尖代替针在人体穴位及适当部位，运用点掐手法，达到治疗目的，叫做指针疗法。

**1. 指针的来历** 指针疗法，在我国流传已久。晋代葛洪写的《肘后备急方》里，有“令爪其病人人中，取醒”，以救卒死，以及用手掐虎口（合谷穴），来治疗嗓子痛的记载。明代杨继洲的《针灸大成》卷十有“掐揉按穴”之法：“如急惊、天吊惊，掐手上青筋。……慢惊不省人事，亦掐总心穴。急惊如死，掐两手筋。……以上数法，乃以手代针之神术也。”《针灸传真》对于指针的介绍更为详细：“指针无疏于金针，金针补泻，不外上下迎随，指针补泻，亦不外上下迎随。金针之进退补泻法，则为指针之进退补泻法，不过金针刺入也深，指针之按下也浅。……针芒有向上向下之分，指针亦有向上向下之别；针头有左右搓转之殊，指头亦有左右推掐之异；行针有提插捣臼之法，用指亦有起落紧缓之势，知用针之诀者，即知用指之诀焉。”根据以上记述，说明指针是一项很早应用的疗法，在民间广为流传。

**2. 指针的特点** 指针有好多特点，第一方便，操作简单，便于学习；第二经济，不用药物和器械；第三效验，如对血管性头痛、神经性疼痛、休克、失眠、神经衰弱，或对于针刺过敏不习惯针灸者，或对于药物过敏者，应用指针多很相宜。另外，指针不痛，无副作用，大人、小孩都愿意接受；同时，还可以应用于解除针刺晕针。

**3. 指针的运用** 指针的运用，全部力量在腕子和两个

拇指的指尖上。不仅腕子要灵活，指力也要灵活。因此，必须把腕和指练得灵活有力。而且要掌握好轻重不同的刺激量。

指针最常用的部位，是手指，足趾和上下肢关节周围的筋骨间隙。练腕力指力，可先在自己的十个指尖上，手背八个歧骨缝中练习点、掐，以痠麻应手而指甲不刺伤皮肤为合适。

指针分轻、重、微弱三种不同刺激。轻刺激用于一般疼痛疾病，重刺激用于急救，而微弱的刺激，则用于多年顽固性的失眠症。轻刺激、就是轻微的刺激，拇指尖在患者一定穴位上的皮层轻轻用力。重刺激，就是用力重重刺激，拇指尖用力于患者皮肤敏感地方如手指，足趾尖、脚心，筋骨肌肉深处沉以取之。微弱刺激：双手拇指尖，在皮肤外面，使用极其轻微的揉动手法。

上面介绍的轻、重、微弱刺激，都是指针使用的基本手法。俗话说：“熟能生巧”，要把这三种手法，练习纯熟，方能得心应手。

**4. 指针的补和泻** 金针有补泻，指针也有补泻。在理论方面，虚症当补，实症当泻，久病当补，新病当泻，寒盛宜补，热盛宜泻，不盛不虚，平补平泻。

(1) 补法：用拇指尖在穴位或适当的部位上，点掐十下，歇1~2秒钟，再连续点掐十下，叫做“补”。根据病情需要，可连作二、三次。

(2) 泻法：拇指尖用力点住穴位不动，或在适当部位点住不动，抬手歇两秒钟，再用力点住穴位约10秒钟，叫“泻”。可连作六次。或用拇指尖在穴位连续活动二十余下也叫做泻。

(3) 平补平泻：拇指尖点动五下，揉动五下，再点动五下，再揉动五下，叫“平补平泻”。

另外，指针治疗神经性疼痛，效果较好，可取“阿是穴”，即哪里发现疼痛，就在哪里用强刺激点掐10秒钟。

**5. 指针的常用部位** 人体感觉最灵敏的地方，是手足的十指（趾）的尖端，指和趾甲根的内外两侧。还有口唇的周围，例如针灸书上的人中和承浆等穴。此外，脚心、手心、手、足腕关节周围，也是相当敏感的。这都是指针的重要地方。当然人体还有好多敏感之处，象舌头、唇内、颊内等处，那就不便于用指针了。下面按照指针在人体常用的几个主要部位，简介如下：

(1) 手部：十指顶，指甲根内外侧，单手十指掌面的十四个节纹（两手共28个），手心、手背的四个歧骨间，手腕掌面横纹的内、外、中三处，手腕背面横纹的内、外、中三处（图1、2）。

(2) 足部：十趾顶，趾甲根内外侧，足趾的节纹，足心、足背的四个歧骨间，足腕内、外、中三处（相当于足腕系鞋带处），内外踝后，内外踝下（图3）。

(3) 面部：两太阳，两眉头，两眉梢，两眉腰，两眉头正中，眉头正中上1寸，鼻翼两旁，两耳尖，口唇上下左右四处（相当于人中、承浆和左右地仓穴处。图4）。

(4) 头部：头顶正中线旋毛中，前正中线入发际（头发边）0.5寸、1寸。两额角入发际0.5寸、1寸，后正中线入发际0.5寸、1寸，后颈两侧线大筋外入发际0.5寸、1寸（图4）。

(5) 颈胸部：第七颈椎上下左右0.5寸、1寸、1.5寸，共十二处（即大椎穴之四周），胸骨柄上缘正中（天突穴）一

处。

(6) 背部：包括胸椎、腰椎旁开1.5寸、上下依次距离约1寸左右处。

(7) 膝部：两侧关节内侧上下1寸、2寸、3寸共六处，两膝关节外侧上下1寸、2寸、3寸共六处。

关于腹部，由于腹腔脏器密布，不宜指针点刺，特别是

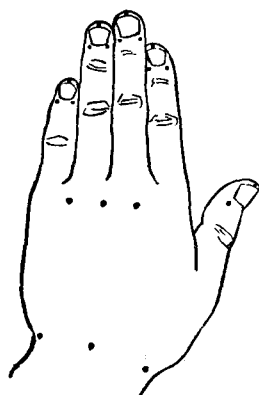


图1 手背指针部位

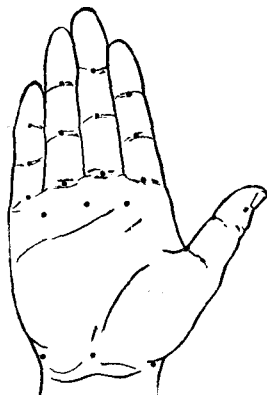


图2 手掌指针部位



图3 足背指针部位

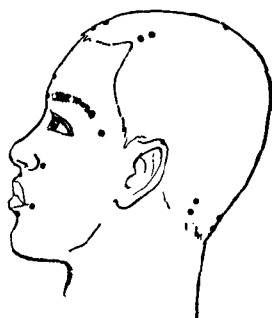


图4 头面指针部位

两肋下之肝区和脾区，尤不宜用力指尖点刺。至于胸骨所有的每个肋骨间隙，只宜用柔软轻微揉法，也不宜用力点刺。

**6. 指针经验方** 把指针行之有效的穴位，叫做指针经验方。兹整理如下，便于治疗时参考。

感冒头痛：太阳、攒竹、风池、风府。

神经性头痛：丝竹空、列缺、三阴交。

左偏头痛：头维、太阳、合谷、风池(左)。

右偏头痛：头维、太阳、合谷、风池(右)。

肝阳上冲头痛：上星、风池、足临泣。

瘀血性头痛(血管性头痛)：阿是穴、风池、足临泣、太冲。

感冒咳嗽：大抒、风门、肺俞、列缺。

体虚咳嗽：肺俞、肾俞、三阴交。

中暑：人中、承浆、昆仑、太溪、十宣。

昏厥：十宣、风池、太冲。

痰厥：大陵、内关、丰隆、大椎。

晕针：中冲、劳宫、人中、哑门。

小儿急惊风：风池、大椎、人中、左右手指二十八节纹。

上肢麻痹：曲池、手三里、合谷。

下肢麻痹：阳陵泉、足三里、丰隆。

中风：天柱、阳陵泉、足三里、颊车、太溪、昆仑、涌泉。

癔病：十宣、人中、颊车、合谷。

消化不良：足三里、公孙。

腹泻：合谷、公孙、大肠俞。

呕吐：合谷、中冲、十宣。

失眠：申脉、照海。

多眠：申脉、后溪。

虚汗：公孙、内关、液门。

躁汗：合谷、公孙、太冲。

盗汗：劳宫、神门、涌泉。

汗脱：十宣、公孙、十趾顶、涌泉。

胃胀：肝俞、胆俞、胃俞、公孙。

肋痛：章门、太冲、肝俞。

腰痛：肾俞、志室、三阴交。

腰肌劳损：肾俞、承山、委中、昆仑。

遗尿：人中、肾俞。

遗精：人中、会阴、肾俞。

结膜炎：大椎穴上下左右各 5 分处、外关、足临泣。

眼睑下垂：太冲、足临泣。

急性目闭肌无力：睛明穴，重刺激点掐二十下，连作二次，多能立即睁开。

附记：1958 年，京西矿区一矿工，无高热及中枢神经中毒症状，仅自觉疲乏，针后两眼合闭，长时挣不开，编者用拇指指尖重点睛明穴，患者两眼立即挣开。此法屡试屡验。

鼻炎鼻塞：双迎香穴，同时揉点 60 下。

牙痛：（无蛀齿）十宣、颊车、合谷，各穴强刺激泻法二十余下。连作三次。牙痛重者，可配合单针点刺出血泻之。

手指痉挛：两手指掌面的二十八处节纹，手背的四个歧骨间，劳宫穴（两手心）。

腕关节痛：腕骨、阳池、大陵、后溪。

前臂痠痛：合谷、曲池、手三里、曲泽、少海、小海。

小腿痠痛：委中、承山、昆仑、太溪。

膝关节痛：内外膝眼、梁丘、血海、阴陵泉、阳陵泉。

足腕关节痛：解溪、丘墟、商丘、申脉、照海。

上面是按症状介绍的指针经验方。下面再把背部常用的俞穴主治某某系统疾病，分三部分介绍如下：

由第一胸椎到第七颈椎，主治呼吸系统及心脏疾病。  
取：大杼、风门、肺俞、厥阴俞、心俞、膈俞等穴。

由第九胸椎到十二胸椎，主治消化系统疾病。取：肝俞、胆俞、脾俞、胃俞等穴。

由第一腰椎到骶椎，主治生殖系统与泌尿系统疾病。取：三焦俞、肾俞、气海俞、大肠俞、关元俞、小肠俞、膀胱俞、八髎（上、次、中、下髎）等穴。

上述都是指针常用的主要穴位，至于穴位的位置，可参考针灸书籍，这里不另介绍了。

## 7. 注意事项

(1) 要熟练腕指：必须熟练腕力与指力，以便操作灵活，有利于疗效。

(2) 修整指甲，严格消毒：指甲过长，容易刺破皮肤；过短，点掐无力，最好把拇指甲修整光滑，以指甲高与指顶相齐为合适。其余指甲同样要修整。指针时，由于指甲经常接触皮肤，因此，操作前，一定要用小毛刷蘸药皂将指甲里外反复洗刷干净，再用酒精棉球将指尖消毒。记住：操作完毕，两手要重新消毒，方可再治他人。

(3) 保持手暖：天气寒冷时，可将两手浸泡在热水中，俟两手全部温暖后，拭干消毒好再行操作。切忌用冷手接触病人。

(4) 全神贯注：操作时要全神贯注在患者神色、形态上和右手的指尖上。室内要求安静，以便仔细地观察病人。



(5) 注意禁忌：腹腔内有脏器，应避免用指尖在腹部用力点刺，特别是患高热、急性传染病，以及腹痛拒按有明显的器质性病变者，皆不宜指针。素有风湿症、皮肤病者，也不宜指针。

(6) 躲避风寒：当风之处，对流风口，室内寒冷，均不宜进行指针。如果发现患者衣服单薄，两手冰凉，应先让患者用热水浸泡两手，同时饮以热水，披以巾、毯，俟两手温暖全身已不似先前寒冷时，再进行操作。

## 二、点刺疗法

**1. 什么叫点刺** 用锋利的小三棱针，或粗钢针，在人体皮肤表面、末梢敏感部位和关节周围，轻浅地一点一点的针刺，叫做“点刺”。

**2. 浅刺与点刺** 民间流传的浅刺法，大致可分为两类：一类是单针浅刺，另一类是多针浅刺

单针浅刺：是用一枝针来进行的，针的形状不一，有用粗毫针的，有用小三棱针的，也有用圆利针的。在治疗上，多半用于挑积，挑羊毛疔、挑红线疔(淋巴管炎)或放血等。

多针浅刺：又叫丛针，是用几枝针结扎在一起来治病的。象五星针、七星针、梅花针等，多是根据形状而取名的。主要用于脊椎两旁、骨关节周围及靠近骨组织而不可深刺的部位，如肋骨间隙、腕关节及膝关节等处。

浅刺法流传已久，我国有名的经典著作《内经》里所提到的“皮刺”及“毛刺”，就是浅刺的一种。本书谈的点刺，是由单针浅刺改进的一种，用起来简、便、验。如果能操作熟练，对于某些急性病，确有应急之效。

**3. 针前的检查** 检查针尖是否锋利，有无破折及锈渍，

是否作好消毒工作？

这三项都很重要，特别是后者。因为点刺多在浅层的毛细血管丰富区域，消毒不严，容易感染，因此，一定要作好消毒工作。还必须专针专用，刺完甲病人的针，不可再刺乙病人，若用，必须重新消毒，或更换新针。同时，病人点刺的部位，医生的两手，也都必须执行严格的消毒常规。

**4. 点刺的运用** 点刺的运用，是以食指、中指、拇指三指紧握针体（手指与针体成 $15^\circ$ 角），对准应刺部位，迅速地一抬针，针体起至 $45^\circ$ 时轻轻用针尖一点即可。

点刺时，要精神集中，眼明手快，一点即起，再点再起，按照应刺的部位，连续不断地点刺下去，直到手术完毕。在靠近大血管部位，可用左手指将皮肤捏起，然后右手食指、拇二指持针微斜迅速进行点刺。这种方法，叫做“挟持进针法”（图5）。

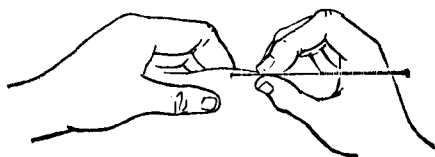


图5 挟持进针法

点刺在技术上的要求，刺得准、快、不痛。为了达到上述要求，最好先作点刺的练习。

准备植物叶子或以动物的皮，作为练习工具。一开始要练到深浅准、排列匀，直到手腕灵活，技术纯熟，针刺时能保持在0.05或0.1厘米左右的深浅度即可。

**5. 点刺的部位** 点刺常用的部位：

(1) 头面部：攒竹、太阳、人中、承浆、兑端、颊车、百会、风府。

(2) 胸部：第一、二肋骨间，胸骨正中线旁开2寸、4寸、6寸，左右两侧各三个常用点刺部位。第二、三肋骨间及第三、四肋骨间，同样左右各有三个点刺部位。前胸左右各九个，两侧共十八个点刺部位（图6）。

(3) 腹部正中线：巨阙、中脘、下脘。

第一侧线：在巨阙、中脘、下脘旁五分。

第二侧线：在巨阙、中脘、下脘旁二寸。

(4) 颈椎部：大椎（第七颈椎下），及其上下左右各一寸处。

(5) 胸椎部：第一胸椎到第七胸椎正中线旁开分二寸、四寸、六寸处，每处三个点，每侧十八个点，两侧共计三十六个点刺部位。

(6) 腰椎部：从第一腰椎到第三腰椎正中线旁开一寸五分，三寸，每处有两个点刺部位，一侧六个，两侧共有十二个（图7）。

(7) 上部部：

肩关节：肩髃、肩髃、肩贞或关节周围。

肘关节：尺泽、曲泽、少海、曲池或关节周围。

腕关节：阳溪、阳池、腕骨、大陵或关节周围。

指关节：掌面两手指关节，两手共二十八处。

背面两手指关节，两手二十八处。

十指末梢：十指顶，十指甲根内外侧。

膝关节：内外膝眼、梁丘、血海、阴陵泉、阳陵泉、足三里、委中或关节周围。

足关节：解溪、中封、丘墟、昆仑、太溪、申脉、照海、

大钟或关节周围。

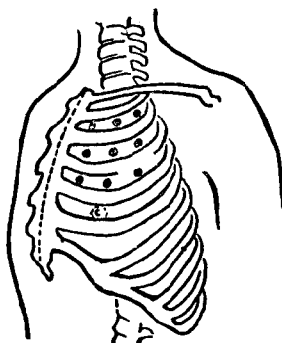


图6 胸部点刺部位

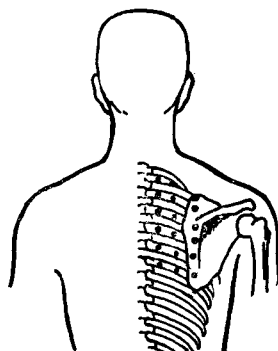


图7 背部点刺部位

**6. 点刺的适应症** 点刺适应于神经系统,消化系统,运动器官、淋巴系统以及眼、耳、鼻、喉等科一些常见的急性病。如神经性头痛,偏头痛,急性胃肠炎,胃痛,胃痉挛,急性淋巴管炎,淋巴结炎,急性结膜炎,外耳道炎,急性中耳炎,鼻炎,扁桃体炎,牙痛,流鼻血,牙龈炎等症。

**7. 点刺的作用** 点刺疗法,相当于针刺法中的泻法,它的特点,简单方便,疗效可靠,具有泻热、镇痛、消炎、解毒作用。并能增强心脏活动能力,无论是局部点刺,或按经络循行路线末梢部位取穴点刺,对于急性疼痛症,或急性淋巴管炎等,具有一定疗效。

### 三、叩刺疗法

叩刺疗法,是用局部扣打法与单针多刺法结合起来应用的一种新的治疗方法。

**1. 适应症** 偏头痛型血管性头痛。凡由于血瘀性引起的剧烈性偏头痛、左侧或右侧太阳穴痛、前额痛、头顶木

痛；还有枕大神经炎等，引起的剧烈性头痛。

**2. 工具** 30号1寸长的细毫针二支(备用一支，针前消毒好)，酒精棉球一瓶，镊子一把。

**3. 操作** 医生先用药皂等洗刷双手及指甲，再按消毒常规，用镊子夹紧酒精棉球，在应刺部位，先后进行二次消毒。

消毒完毕，医生先用右手掌轻轻叩打头部痛区，同时右手拇、食、中三指，紧持毫针，微露1/20寸的小小针尖，以每秒钟6下的快速动作，轻刺200下，休息2分钟，依前法再连续叩刺400下，前后共计600下，对于头痛特别严重者，在痛区左右前后，再连续叩刺400下到600下。

使用这种大量的多针浅刺法，对于由瘀血或神经性引起的头痛或偏头痛等症，都能很快止痛或缓解。

**4. 作用** 通经活络，排瘀止痛。

**5. 说明** 叩刺疗法，是在《内经》五十九刺的理论指导下，使用大面积大数量的“单针多刺法”，同时又配合按摩手法中的“扣打疗法”一起来进行的。

治疗道理是：单针多刺，可以镇痛；还可以分散局部疼痛压力而不致损害一个区；又可以通调经络，血行通畅。叩打、可以排瘀止疼，加速血液循环。

血管性头痛，比较顽固，发作来势凶猛，叩刺疗法，是采取我国刺法中一刺再刺、连续浅刺和叩打多达千次以上的多刺多叩的治法。它和梅花针不同点是：梅花针手法轻，压力小，叩刺疗法手法重，压力大，连叩带刺同时进行，血流很快畅通，瘀血很快排除，因而疼痛很快得到缓解。

临床实践证明：不论刚得的或已患多年的血管性头痛，凡是用手敲打患者头部而立即感到轻松者，均可使用叩刺疗

法。同样，凡是由于神经性的而不是器质性的腰背肩项大面积疼痛者，亦均适用。

## 四、皮内埋针

这里介绍的皮内埋针，是用消毒好的小毫针，使用横刺手法，埋在患者皮肤最痛的压痛点或适当的穴位上，作为皮内埋针的一种外治方法。

1. **适应症** 神经官能症头痛、肩胛上神经痛、肩胛下神经痛，以及肩、肘、腕、背、腰、膝、踝等处和面神经痉挛等症。



2. **工具** 准备 32 号粗细，0.6 公分小毫针 6 个，镊子一把，酒精棉球一瓶。

3. **操作** 皮内埋针分三种：

(1) 单针埋针：用一支消毒好的小毫针，浅浅平刺在皮肤压痛点或穴位上。

(2) 双针埋针：用二支消毒好的小毫针，分别浅浅平刺在皮肤压痛点或穴位上，刺成“人”字形。

疼痛轻者用单针，重者用双针或三针。

(3) 三针埋针：用三支消毒好的小毫针，分别浅浅平刺在皮肤压痛点或穴位上，刺成等边三角“△”形。刺的方向：“人”字是 ，三角是 .

埋针的时间：一般埋针 48 小时起针重埋，重埋三次为一疗程。

4. **作用** 皮内埋针属于刺法中的泻法，具有镇痛、除痛作用。用长达 48 小时以上的长时间埋针方法，容易排除疼痛，缓解痉挛，使症状逐渐消除。

## 五、皮外埋针

在皮肤外面，适当的穴位上，用软金属作成的金属小“盘”，平埋在皮肤上，外贴胶布，达成治疗目的，叫做“皮外埋针”。

**1. 适应症** 神经官能症引起的失眠症，或面神经痉挛症。

**2. 工具** 用约8号粗细的软铅保险丝二根，每根长16公分，盘成如制服纽扣大小的二个小“盘”。2.5公分见方的橡皮膏二块。

**3. 操作** 睡前半小时，热水泡脚15分钟，俟两脚温热，拭净水。冬季在安静的室内，夏季在院里，慢慢缓行四百步后，将两个铅丝“盘”分别平埋在内踝下寸半照海穴，外贴橡皮膏固定，翌晨取下，晚间睡前，仍照前法埋针。

本法及取穴主要治疗失眠症。如治疗面神经痉挛，可将软铅丝缩短8公分长，再盘小“盘”，穴位改为阿是穴，即那里跳动，将铅丝“盘”埋在皮外跳动之处。

**4. 疗程** 每日埋一次，连埋十二日为一疗程。

**按：**皮外埋针，以治疗神经官能症引起的失眠症，疗效较好。在选穴上，以照海穴为好。在选择埋针的金属上，以软铅丝圈成的电极小“盘”导电最好。

## 六、手针疗法

在手背、指关节、腕关节几个新的穴位上，进行针刺，来治疗某些常见的疼痛疾病，叫做手针疗法。

**1. 部位及适应症** 手针的穴位，都在手背面十指近端关节和手背面腕关节的地方。按号定穴，共分十号穴位。下面

是每号穴位的部位和它的主治：

一号穴：在食指近端第二指间关节桡侧边缘。主治胃痛、阑尾炎、牙痛、四肢关节痛、急性踝关节扭伤症。

二号穴：在中指近端，第二指间关节桡侧边缘。主治头顶痛、痛经。

三号穴：在无名指近端，第二指间关节尺侧边缘。主治偏头痛、耳痛、肋间神经痛、肝脾痛。

四号穴：在小指近端，第二指间关节尺侧边缘。主治后头痛、脊背痛、腭窝痛、臂痛。

五号穴：在大拇指根部，掌指关节桡侧边缘。主治胸痛。

六号穴：位于手背面腕关节桡侧，在阳池穴旁 0.5 公分处肌腱旁。上与食指连线。主治腰痛。

七号穴：位于手背面腕关节尺侧，在阳池穴旁 0.5 公分处肌腱旁。上与无名指连线。主治腰痛。（六号穴与七号穴彼此大约距离 1.5 公分。）

八号穴：在食指根部，掌侧关节桡侧边缘。主治肩痛。

九号穴：位于无名指根部，掌指关节尺侧边缘。主治坐骨神经痛。

十号穴：在小指根部，掌指关节尺侧边缘。主治肩胛痛。

**2. 手针的刺法** 准备好 28 号 1 寸半毫针一枚，事先消毒好。用直刺、强刺激快速进针法。

针刺指间关节和掌指关节时，均要作屈曲姿势，快速直刺 3~5 分深。稍停即起针。也可留针 1~2 分钟再起针。注意进针时不要刺进骨膜。

六号穴与七号穴，位于手背腕关节，针刺时，腕关节须



呈手背屈位姿势，针尖角度可向阳池穴方向，以有疼痛疼痛感觉为正常。如感觉不明显，则起针重刺。

## 七、火 针 疗 法

火针又叫燔针或淬针，是我国古代流传下来的一种刺法。它是将针加热烧红后，趁其高热，快速刺进皮肤直达病所的一种针刺疗法。

**1. 适应症** 接近成熟的疮疖痈肿，深部脓疡，或附骨疽等。此外，对于顽固的关节肿痛、颈淋巴结核，以及丝虫病象皮肿症，也有相当疗效。

**2. 操作** 用8~9号、长约5寸的粗钢针一支，针身缠紧一层棉花，蘸匀香油或其他植物油，往酒精灯或蜡烛上燃烧，等到针身烧红时，左手固定穴位，用拇指和食指将穴位皮肤固紧，右手马上扯去针上的燃烧的火棉，看准穴位（必须避开较大的血管），迅速将针对准病所，刺入皮肤，再马上将针抽出，然后用消毒棉球轻按针孔。

**3. 作用** 火针通过高热快速刺法，使积脓尽快透出，防止脓液和病区往更深更广的程度扩散，起到排脓活血，消肿止痛的作用。

火针针完后，为了引脓外出，也可在针口处敷一新的“伤湿止痛膏”等，利用膏药的吸拔和封闭作用，以防针处感染。

**4. 注意事项** 火针主要用于肉厚脓深的痈疽一类病。针后创口一时不易愈合，可便于排脓，不至于蓄脓为患。这种破脓的火针，比一般用的毫针要粗得多。因此，使用火针时，深浅要掌握准确，手法要轻快利落。针刺时间万万不可拖长。这些都是使用火针手法的关键之处。

另外，对于红肿焮痛，全身发高热的外科疮疡患者，应当先服用大量解毒清热抗感染的药物，不宜妄用火针，用之反而肿痛加剧。皮肉浅薄的头上方，靠近大血管的部位，重要脏器附近，体质素弱或大病之后者，均不得使用火针。更不得在病人身上用火针作试验。

## 八、挑 针 疗 法

挑针法又叫针挑法，是在人体一定部位上，用寸半到2寸左右的小三棱针，轻轻点挑皮肤进行治疗的一种疗法。

多少年来，群众对于挑积、羊毛疔、猴疮、暴火眼等，都是用的挑针法。今分叙如下：

### 1. 挑积法

适应症：主治小儿食积，消化不良，不欲饮食，胃满腹胀，大便秘臭（俗名大肚子痞），甚至毛发焦枯，身体发烧，两目无神，涕哭无泪等症，都可使用此法。

挑针部位：在两手食、中、无名、小指第二节的横纹中央。即针灸书上的四缝穴。

操作：将三棱针消毒后，在两手四缝穴处轻轻一点，略带挑意（手法要轻），略微出点血星星即可。马上用药棉球在刺处轻轻揉按，将黄水拭去，暂不洗手，以防感染。

此外，小儿食积重者，应配合吃点生鸡内金细粉，小儿有虫积者，应配合用点槟榔、使君子等杀虫药。惟小儿体有强弱，病有轻重，剂量多少，最好请儿科医生酌情使用为宜。

### 2. 挑羊毛疔法

适应症：羊毛疔（又叫羊毛疹）。

针挑部位：胸骨剑突上方（所谓心窝处）、后背正中（对

着心窝处)及其周围。如在以上部位发现有红点如疹子者,即是此症。

操作:急将已消毒的小三棱针,对准有红点的地方,用针尖轻轻一点略带挑意,常能挑出米黄色类似羊毛一类东西。挑完后,即在针挑之处,用药棉球按按,以免感染。

### 3. 挑痰法

适应症:中暑、痰痧,急性胃肠炎等。

针挑部位:前后胸肋骨间。

操作:用右手中指尖,快速地点击在前胸肋骨间和后背肋骨间隙。如果随点随跃起一鼓包,便是此症。

因为中指尖点击前胸和后背肋骨间隙鼓起之包,活跃似痰,点到哪里,哪里跳起,所以民间名之曰挑痰。又因为这种病,实际是痧症之一,所以民间又起名叫痰痧。

发现痰痧,病人多有头晕恶心,四肢无力,即用消毒好的小三棱针,在跳起的小包处,迅速用针尖轻轻点挑,小包随挑随消,而症状亦随之逐渐消失走向痊愈。

按:痰痧多发生在麦收后夏季的暑天里。春秋冬三季偶而有之。从患者出现的头晕恶心,呕吐腹泻,全身疲倦等症状看来,痰痧,包括中暑,急性胃肠炎等。

### 4. 挑暴火眼法

适应症:暴火眼(急性结膜炎),红丝满目,肿痛流泪。

针挑部位:颈后第七颈椎的上下左右各约一寸处。

操作:准备好8号注射针头一支(缝衣的大号钢针一支也可),严格消毒后,医生用针尖沿皮横刺在第七颈椎上方约一寸处,刺入越浅越好。使针尖平透浅皮层,左手用药棉球捏住针尖一段,右手拿住针尾,将浅皮肤细纤维,拔成细丝约1寸高,将拔起的细丝,连续拔断几根,再继续拔七颈椎

的下方约一寸处，七颈椎的上下两处全作完，再依前法拨动第七颈椎的左右两侧各约一寸处。

第七颈椎的上下左右四处被拔起的浅层皮纤维，陆续被切断后，结膜炎引起的火红眼睛和肿痛流泪等症，很快得到消失或好转。

此外，我国民间还有一种“截根术”，专治颈淋巴结核的方法，系选定脊背9~12胸椎两旁距脊中二竖指（约1寸5分）的肝俞、胆俞、脾俞、胃俞等穴，也是使用针挑，切断浅层皮肤纤维的治法，与前面介绍的针挑暴火眼方法，大致相同，效果较好。

## 九、按摩疗法

**1. 按摩的来历** 运用手、指的技巧，在人体皮肤、肌肉组织上连续动作来治病，这种方法，叫作按摩疗法。

我国史记上记载秦代名医扁鹊，曾用按摩疗法，治疗魏太子的尸厥症。秦代到今已两千多年，可见按摩在我国已有悠久的历史了。

我国最早的按摩专书，当推《黄帝按摩经》（十卷，见《汉书·艺文志》），可惜早已亡佚。但在现存的古典医书《黄帝内经》里，许多地方，谈到按摩，如《血气形志篇》：“形数惊恐，经络不通，病生于不仁，治之以按摩药。”又《异法方宜论》：“中央者，其地平以湿，天地所以生万物也众，其民食杂而不劳，故其病多痿厥寒热，其治宜导引按跷。”可见古代很早就已掌握用按摩疗法来治疗肢体麻痹不仁、痿症、厥症、湿症和寒热等症。

**2. 按摩的优点** 按摩的优点很多，容易学习，操作简便，经济实用，还可代替药物。比如有些病人使用按摩后，

可使精神振奋，代替兴奋剂；也可使患者安静下来，代替镇静剂。

由于按摩有利于循环系统和新陈代谢，对于一般慢性病或身体过度虚弱的患者，是比较安全可靠的。对于不便吃药的孩子，按摩可增强小儿体质，起到预防保健作用。对于某些复杂疾病，还可配合针灸、药物治疗。

但是，对于一些急性的或高烧的传染病，或脏器器官有病。如伤寒、肺炎、肺结核等，按摩只能起配合作用。如果患有肿瘤，急性化脓性阑尾炎、肠穿孔、胆道蛔虫引起的胆囊炎等，发病凶急，速转医院急诊，决不可应用按摩而延误病情。

对于闭经二月左右，突然发生下腹部剧烈疼痛的已婚妇女，为了确诊是否有宫外孕或其他急性病发作的可能，也应该急速送往医院抢救，不要耽误。

**3. 按摩的种类和手法** 按摩疗法，大致有如下两种：一种是主动按摩，又叫自我按摩，是自己按摩自己的一种保健方法。另一种是被动按摩，是由医生掌握用于患者的医疗法，也就是本文所说的按摩疗法。

按摩手法，并不一致，但归纳起来，常用手法可选如下八种：按、摩、推、拿、揉、捏、颤、打等法。应该知道，上述八种手法，不是单纯孤立地使用。常常是几种手法相互配合进行的。

(1) 按法：利用指尖或指掌，在患者身体适当部位，有节奏地一起一落按下，叫作按法。通常使用的，有单手按法、双手按法（图8）。

临床上，在两肋下或腹部，通常应用单手按法或双手按法。背部或肌肉丰厚的地方，还可使用单手加压按法。也就

是左手在下，右手轻轻用力压在左手指背上的一种方法，也可以右手在下，左手压在右手指背上（图 9）。

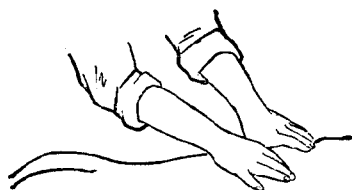


图 8 双手按法

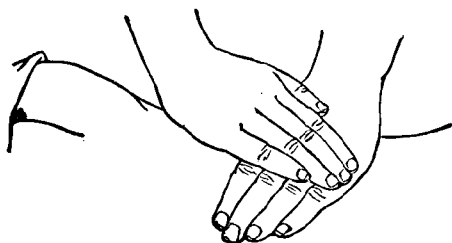


图 9 单手加压按法

(2) 摩法：摩，就是抚摩的意思。用手指或手掌在患者身体的适当部位，给以柔软的抚摩，叫作摩法。摩法多配合按法和推法，有常用于上肢和肩端的单手摩法（图 10），和常用于胸部的双手摩法（图 11）。

(3) 推法：往前用力推动叫推法。临床常用的，有单手或双手两种推摩方法。因为推与摩不能分开，推中已包括有摩，所以推摩常配合一起用。象两臂两腿肌肉丰厚处，多用推摩。我们看第 12 图的姿式，是用拇指与食指夹持胳膊肌肉，正在用推法中的单手推摩法。



图 10 单手摩法

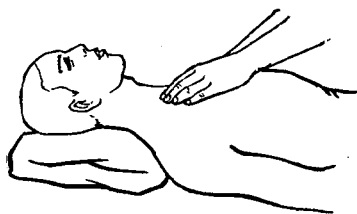


图 11 双手摩法

手指上是否可用推摩呢？可以的。不过手指面积太小，操作时，我们多用左手握住患者腕部，右手食拇二指夹住患者一个手指进行推摩，或者只用右手拇指在患者手指上推摩。中医流传下来的推拿小儿方法，实际上就是用的推摩法。

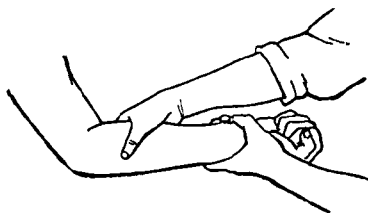


图 12 单手推摩法

推摩的手法是多样的。把两手集中在一起，使拇指对拇指，食指对食指，两手集中一起往前推动，叫作双手集中推摩法（图 13），这种方法，是推摩法中最得手的一种手法了。

(4) 拿法：用手把适当部位的皮肤，稍微用力拿起来，叫作拿法。临床常用的有在腿部或肌肉丰厚处的单手拿法（图14）。

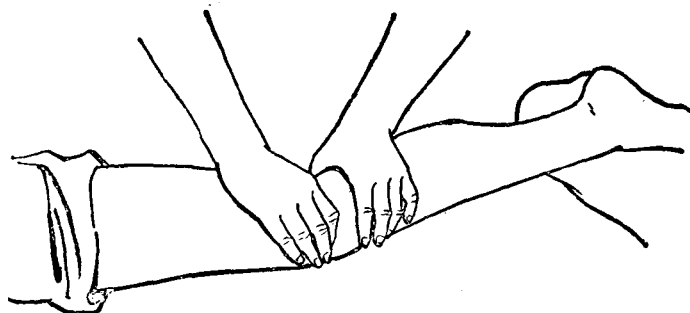


图 13 双手集中推摩法

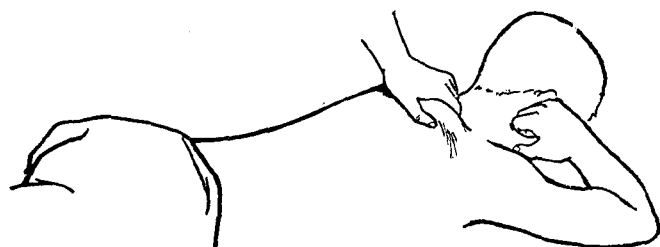


图 14 单手拿法

作者经验，如果患者因情绪紧张、恼怒，突然发生气闷，胸中堵塞，出现类似昏厥的情况，可在锁骨上方肩背相连的地方，用单手拿法，把肌肉抓起来放下，放下再抓起，以每秒钟拿两下的速度，连拿二十次，稍为休息，再连拿二十次，则胸中通畅，气息自渐调和了。

(5) 揉法：医生用手贴着患者皮肤，作轻微的旋转活动的



揉摩，叫作揉法。揉法分单手揉和双手揉。象太阳穴等面积小的地方，可用手指揉法，对于背部面积大的部位，可用手掌揉法。还有单手加压揉法，比如揉小腿处，左手按在患者腿肚处，右手则加压在左手背上，进行单手加压揉法。

肌肉丰厚的小腿肚上，则可使用下面的双手揉法（图15）。揉法具有消瘀去积，调和血行的作用，对于局部痛点，使用揉法十分合适。

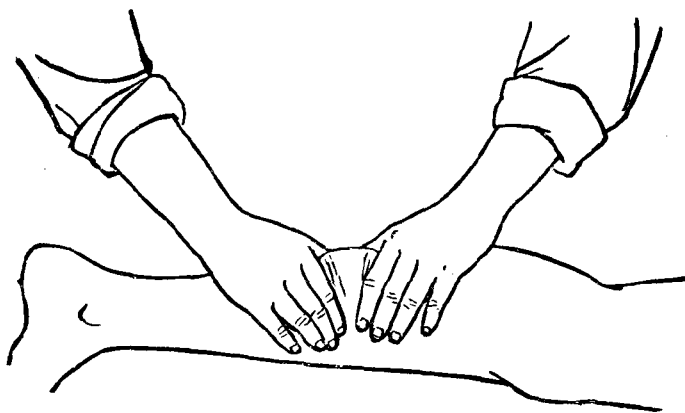


图 15 双手揉法

(6) 捏法：在适当部位，利用手指把皮肤和肌肉从骨面上捏起来，叫做捏法。

捏法和拿法，有某些类似之处，但是拿法要用手的全力，捏法则着重在手指上。拿法用力要重些，捏法用力要轻些。捏法是按摩中常用的基本手法，它常常与揉法配合进行。

捏法，实际包括了指尖的挤压作用，由于捏法轻微挤压

肌肉的结果，能使皮肤、肌腱活动能力加强，能改善血液和淋巴循环。浅浅捏来，可去风寒，可化瘀血，深深捏来，可以治疗肌腱和关节囊内部及周围因风寒湿而引起的肌肉和关节的疼痛。

常用的有单手捏法（图 16），和双手前进捏法（图 17）。

（7）颤法：是一种振颤而抖动的按摩手法。动作要迅速而短促、均匀为合适。要求每秒钟颤动 10 次左右，也就是一分钟达到 600 次左右为宜。

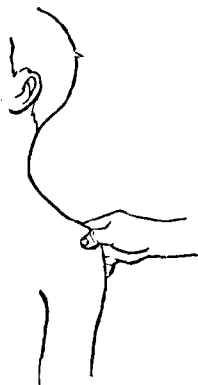


图 16 单手捏法



图 17 双手前进捏法

颤法与“动”分不开，所以又叫它颤动手法。

将大拇指垂直地点在患者痛点，全腕用力颤动，带动拇指产生震颤性的抖动，叫单指颤动法。用拇指与食指，或食指与中指，放在患者疼处或眉头等处，利用腕力进行颤动叫双指颤动法（图 18）。

（8）打法：打法又叫叩击法。临床上多配合在按摩手术后来进行。当然，必要时也可单独使用打法。

打法手劲要轻重有准，柔软而灵活。手法合适，能给患者以轻松感，否则就是不得法。

打法主要用的是双手。常用手法有侧掌切击法，平掌拍击法，横拳叩击法和竖拳叩击法等。

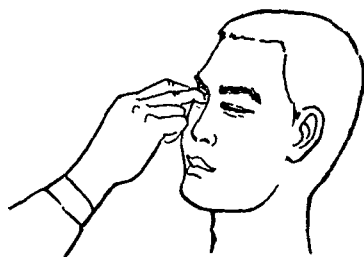


图 18 双指颤动法

侧掌切击法：把两手掌侧立，大拇指朝上，小指朝下，指与指间，要分开一厘米许，手掌落下时，手指合拢，抬手时又略有分开，一起一落，两手交替进行（图 19）。

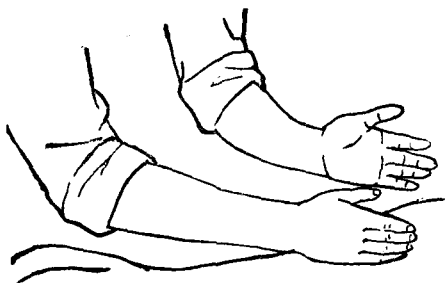


图 19 侧掌切击法

平掌拍击法：两手掌平放在肌肉上，一先一后有节奏地拍打。

横拳叩击法：两手握拳，手背朝上，拇指与拇指相对，握拳时要轻松活泼，指与掌间略留空隙。两拳交替横叩。此法常用于肌肉丰厚处，如腰腿部及肩部（图 20）。

竖拳叩击法：两手握拳，取竖立姿式，大拇指在上，小

拇指在下，两拳相对。握拳同样要轻松活泼，指与掌间要留出空隙。本法常用于背腰部（图 21）。

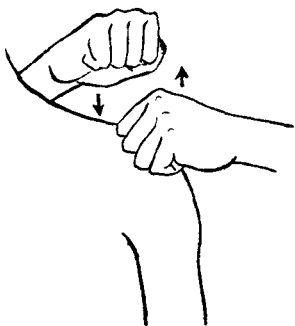


图 20 横拳叩击法

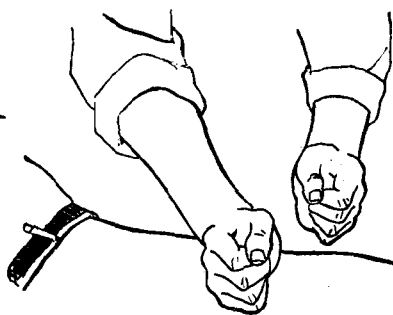


图 21 竖拳叩击法

以上四种打法，主要用于肌肉较丰厚的地方，如项、肩、背、腰、大腿、小腿等处。叩打的力量，应该先轻后重，再由重而轻。当然，这里所谓重，也不是用极重的力量，而是相对地稍稍加劲的意思。总之，要使患者有舒服感就算合适。在打法的速度上，一般是先慢而后快，慢时一秒钟两下，快时逐渐加到六下或八下。

应该记住，无论使用那一种打法，开头第一下都不许使大劲，应当软中有硬，刚柔相济，而后逐渐转强。两手掌落下时，既要有力，又要有弹性，使患者感觉舒服。

叩打时间一般是 1~2 分钟，或 3 分钟就可以了。极个别情况下，根据病情，延长一些时间，或缩短一些时间。这种手法，也可在按摩后来配合进行，也可同按摩手法夹杂进行。

#### 4. 按摩的适应症和禁忌症

(1) 适应症：扭伤，关节脱位，腰肌劳损，肌肉萎缩。

偏头痛，前头后头痛，三叉神经痛，肋间神经痛，股神经痛，坐骨神经痛，腰背神经痛，四肢关节痛（包括肩、肘、腕、膝、踝、指（趾）关节疼痛）。颜面神经麻痹，颜面神经痉挛，腓肠肌痉挛。因肌肉风湿而引起的，如肩、背、腰、膝等部的肌肉疼痛。以及急性或慢性风湿性关节炎、关节滑囊肿痛和关节强直等症。

其他如神经性呕吐，消化不良症，习惯性便秘，胃下垂，慢性胃炎，失眠，遗精，以及妇女痛经与神经官能症等，都可考虑使用或配合使用按摩手法。

**(2) 禁忌症：**各种急性传染病，急性骨髓炎，结核性关节炎，传染性皮肤病，皮肤湿疹，水火烫伤，皮肤溃疡，肿瘤，以及各种疮疡等症。

此外，妇女经期，怀孕五个月以上的孕妇，急性腹膜炎、急性化脓性腹膜炎、急性阑尾炎患者。某些久病过分虚弱的、素有严重心血管病的或高龄体弱的患者，都是禁忌按摩的。

## **5. 按摩注意事项**

(1) 按摩前要修整指甲、热水洗手，同时，将指环等有碍操作的物品，预先摘掉。

(2) 态度要和蔼，严肃细心，要耐心地向患者解释病情，争取与患者合作。

(3) 患者与医生的位置要安排合适，特别是患者坐卧等姿势，要舒适而又便于操作。

(4) 按摩手法要轻重合适，并随时观察病人表情，使患者有舒服感。

(5) 按摩时间，每次以 20~30 分钟为宜，按摩次数以十二次为一疗程。

(6) 患者在大怒、大喜、大恐、大悲等情绪激动的情况下，不要立即按摩。

(7) 饱食之后，不要急于按摩，一般应在饭后二小时左右为宜。

(8) 按摩时，有些患者容易入睡，应取毛巾盖好，以防着凉，注意室温。当风之处，不要按摩。

## 十、刮痧疗法

刮痧是我国劳动人民常用的一种民间疗法。经过刮痧后，常能使患者头清神爽，疾病若失。因为这种方法简单实用，多少年来，很受群众欢迎。

**1. 痧症是个什么病** 痧症，是中医书上常见的病名，西医书上是没有这个病名的。那么，痧症是个什么病呢？原来，痧症是根据症状而起名的。所谓痧，就是在病人身上刮几下，皮肤很快出些紫红颜色、类似一些细沙粒的点，人们根据出现的这些症状，把它取名叫痧症。

中医书关于痧症，有好多名称，比较常见的有：转筋痧、吊脚痧、绞肠痧、痧气病、痧胀病，以及多种“翻症”等。

**2. 痧症的特征和症状** 痧症究竟属于现代医学的那一种病？目前还很难肯定，我们只能根据它的症状和特征来加以分析和认识。

(1) 痧症最明显的特征有两个：

痧痕明显。刮痧后，皮肤很快会出现一条条痧痕和累累细沙粒（出血点），并且存留的时间较长，这是它的特征之一。

痧症多胀。所谓胀，就是痧症多有头昏脑胀，胸部闷胀，腹部痛胀，全身痠胀等。明、清时代，我国有位对痧症有研

究的医生叫郭志遑的，曾写过《痧胀玉衡》，就是一本介绍痧症的专门书籍。

(2) 痧症的症状：痧症除了具有上述两项特征以外，还有许多种病的症状是和痧症有关系的。例如，由于高温引起的痧症：头昏脑胀，烦躁欲吐，全身疲倦，两眼发花；由于中暑引起的痧症：头晕心悸，恶心呕吐，以及小腿的腓肠肌痉挛性疼痛；由于急性肠炎引起的痧症：频繁呕吐，腹痛腹泻；由于食物中毒引起的痧症：肚腹胀疼，发作急剧，呕吐腹泻，四肢麻木，甚至由于严重失水而引起的腓肠肌痉挛，即俗说的“转筋痧”。由于空气窒息引起的痧症：头昏脑胀，呼吸困难，恶心呕吐，面色青紫，甚至出现神志昏迷。

从上述症状看来，痧症，实际包括中暑、日射病、急性肠炎、食物中毒，以及由于窒息引起的血液和组织严重缺氧和中毒等病。这些病，都可用刮痧疗法。

**3. 刮痧的部位** 人体可以刮痧的部位很多，常用的有第七颈椎上下左右四处，喉骨两旁，两臂弯，两腿弯，脊椎两旁，前胸肋骨间，后背肋骨间，两足内外踝后的足跟肌腱处，左右肋下肝脾区，以及两肩胛岗上和岗下等处。

**4. 刮痧的工具** 刮痧的工具很多，过去有用光滑的铜钱、铜勺柄、瓷汤匙。海边的渔民还有使用小蚌壳的。这些工具，使用既不卫生，也不便于消毒，为了方便实用，编者在多年实践中，改用有机玻璃钮扣，效果一样，操作和消毒也很方便。

**5. 怎样来刮痧** 先用干净毛巾蘸肥皂水，将准备刮痧部位擦净，再将已消毒过的(酒精泡10分钟)化学钮扣(用光滑的边缘)，在确定部位进行刮痧。

刮痧要顺一个方向刮，不要来回刮，力量要均匀合适，

不要忽轻忽重。如有痧症，连刮两臂弯十几下，即出现暗紫色的条条痧痕。按上述刮痧部位，一般每处可刮20下。如患有头痛或喉痛，则取坐位；头晕眼花或胸腹疼，则取仰位；如肩背腰骶等处疼，则取俯卧位。

一般是按照前面介绍的刮痧部位，如能依次刮完，病人立即感到轻松，可让病人休息几分钟，在前胸、后背肋间、颈椎上下，或两肩胛岗上岗下，再每处刮动十余下，再饮以糖姜水或白开水，病人会异常舒畅。

**6. 痧症还有哪些治法** 我国民间对于痧症治法好多，除刮痧外，还有放痧、扯痧、揪痧和挤痧等法。

(1) 放痧：用消毒好的细三棱针，在病人两臂弯、两腿弯的大静脉血管上，快速点刺，使瘀血和痧毒从血液里放出，叫做放痧。通过放痧，可使血液流通加速，瘀者通，新者生，症状很快减轻或消失，所以放痧又叫放血疗法。

(2) 扯痧：用食、拇、中三指，提扯病人的皮肤和一定的部位，使浅层毛细血管，渗出血液，出现一些暗紫色的痧点子来，叫做扯痧。扯，包括拧的意思，所以又叫拧痧。

(3) 揪痧：右手食指中指拳起，指背蘸水使其湿润，在病人喉咙两旁，或6~7颈椎上下，用力揪拔，并连连发出“巴巴”音响，叫做揪痧。

(4) 挤痧：用两手拇指，或单手食、拇二指，在疼痛的局部，用力挤压，连续挤出一块块或挤出一小排小紫红痧斑，叫做挤痧。

以上放痧、扯痧、揪痧、挤痧四法，也各有其适应症。如头痛恶心，吐泻较重，体质平素尚不十分衰弱者，则用放痧；如项背沉者则用扯痧；如咽喉肿痛者则用揪痧；如仅是前额疼，眉头或两太阳穴疼痛时，可用挤痧。



## 十一、间接刮痧疗法

不直接刮刺病人皮肤，却使用保护皮肤办法，用刮痧手法，间接地进行刮痧，达到治疗目的，叫做间接刮痧疗法。

**1. 适应症** 婴幼儿高热症，或因中枢神经系统感染，开始出现搐搦(抽风)者。

### 2. 间接刮痧的部位

- (1) 后颈第七颈椎上下左右四处；
- (2) 脊椎两旁“华佗夹脊穴”；
- (3) 左右肋下肝脾区；
- (4) 两足内外踝后的足跟肌腱处，两脚心；
- (5) 前胸肋骨间；
- (6) 两臂弯，两腿弯。

**3. 间接刮痧的操作方法** 刮痧前，先在上述刮痧部位，放上干净手绢(或三市寸宽六市寸长的新白布一条)，用消毒好的钮扣，在手绢上面，用一秒钟六下的速度，朝一个方向快速刮。婴幼儿皮肤极其娇嫩，即使有手绢保护皮肤，也要手劲轻巧，不得妄用猛劲，每处可刮动 20~40 下。刮到十下左右，掀开手绢检查看看，如皮肤出现暗紫色，即停止刮动，另换一处。如果病儿有不挣眼轻微昏迷和高烧不退情况，可加刮两手心，两脚心及第七颈椎上下左右四处，每处再加刮到 100 下。

术后注意保暖。病情缓和者，第二天可考虑再继续进行治疗。

## 十二、火罐疗法

**1. 火罐的来源** 火罐疗法，又叫拔罐子，是祖国医学

# 原 书 缺 页

定做各类PDF电子书，提供各个种类各个年代的电子图书，全是扫描制作的PDF格式，清晰度高也方便阅读和携带和转换编辑。当您想看的书是几十年前出版的市面上购买不到可以联系我，当您想看的书市面上价格过高的时候也可以联系我先试读，QQ45472743微信13663070474，您的移动书库 低价 高效 专业。

# 原 书 缺 页

定做各类PDF电子书，提供各个种类各个年代的电子图书，全是扫描制作的PDF格式，清晰度高也方便阅读和携带和转换编辑。当您想看的书是几十年前出版的市面上购买不到可以联系我，当您想看的书市面上价格过高的时候也可以联系我先试读，QQ45472743微信13663070474，您的移动书库 低价 高效 专业。

口)，然后用火柴将酒精燃着，将罐口朝下，迅速将罐子叩在选定的部位上。

(4) 贴棉法：扯取大约 0.5 公分见方的脱脂棉一小块，薄蘸酒精，紧贴在罐壁中段，用火柴燃着，马上将罐子扣在选定的部位上。

(5) 瓶盖法：准备啤酒瓶盖一个，中放酒精棉球，将棉球燃着，马上将罐子扣上，立刻吸住。此法适用于俯卧、仰卧大面积的部位上。如果四肢放平，在肌肉丰厚部位放稳瓶盖，亦可使用。

(6) 自动起罐法：将 6 公分直口径的玻璃杯或竹火罐，在它们罐底当中，钻透约 0.35 直径小圆孔，在圆孔的里外，各垫上有孔的橡皮（暂用自行车里胎代）一块，然后在圆孔处安装自行车气门心一具，拧紧里外螺丝，以不撒气即为妥当。

使用时，可用闪罐法，将罐子或玻璃杯吸住皮肤。起罐时，放松气门心，让空气进入，玻璃杯或竹罐就自动脱落，患者丝毫不觉得起罐的紧痛，十分方便（图 22）。

(7) 刺血拔罐法：适应于疖肿疮痈。方法是：先在局部用碘酒或酒精消毒，然后用已消毒的细三棱针在患部浅刺两下放出脓血，马上用闪火法将玻璃火罐拔上。如脓血渗出不多，再拔一、二次。刺时要躲开大血管。

本法优点，排除脓血及炎性渗出物，消肿止痛，防止扩散。

(8) 面垫拔罐法：适宜于多发性毛囊炎（民间叫多头疖），下肢溃疡症（臃疮腿）。

作法是：将面粉兑水调成长约 10 公分粗似粉笔样的面棍一根，照疮口四周，围成一圈，必须大于火罐口，用手将

面棍压紧成为面垫。

使用闪火法，将玻璃火罐口迅速扣在面垫上，如果是已成熟脓血，经过吸拔会从疮口顺利流出，可依法连续闪拔三次，以先见脓血，再见紫血，最后见到红血为好。

面垫拔罐法的优点，可使多头深部脓血，经过吸拔，搜净集中而出，有保护组织，防止病灶扩大和感染，并加速疗效。

按：编者在京西矿区带领同学实习时，曾用此法治疗患有多发性毛囊炎和下肢溃疡者的老工人多例，仅治数次均获显效。但有些病种，疮口比较干硬者，一定要用新毛巾蘸热水先热敷患处数分钟，使局部柔软。不仅吸拔得深透彻底，而且疮口也不致干痛。

#### 4. 操作的前后

(1) 准备材料：玻璃火罐二个(备用一个)，根据部位，选择号型，镊子一把，95%酒精一小瓶(大口的)，棉花球一瓶，火柴一合，新毛巾一条，香皂一块，脸盆一个。

(2) 术前检查：检查病情，明确诊断，是否合乎适应症。

检查拔罐的部位和患者体位，是否合适。

检查罐口是否光滑和有无残角破口。

(3) 操作方法：先用干净毛巾，蘸热水将拔罐部位擦洗干净，然后用镊子镊紧棉球稍蘸酒精，火柴燃着，用闪火法，往玻璃火罐里一闪，迅速将罐子扣住在皮肤上。

(4) 留罐时间：过去留罐时间较长，有从10分钟留到30分钟以上的，这种长时间留罐，容易使局部黑紫一片，郁血严重，增加吸收困难，因此，现在留罐时间一般较前缩短了，根据身体强弱和浅层毛细血管渗出血液情况，可以考虑改从3分钟到6分钟内比较合适。

实践证明，短时间留罐比长时间留罐好处多。严重郁血减为轻微渗出血或充血，便于吸收，增强抗病能力；不留斑痕；防止吸过度，造成水泡伤引起感染；时间虽短，疗效较高。

(5) 起罐：左手轻按罐子，向左倾斜，右手食、中二指按准倾斜对方罐口的肌肉处，轻轻下按，使罐口漏出空隙，透入空气，吸力消失，罐子自然脱落。

(6) 火力大小：火力大小，也要掌握好。酒精多，火力大则吸拔力大；酒精少，火力小则吸拔力小。

还有罐子叩得快则吸力大；叩得慢则吸力小。这些都可临时掌握。

(7) 间隔时间：可根据病情来决定。一般讲来，慢性病或病情缓和的，可隔日一次。病情急的可每日一次，例如发高烧，急性类风湿，或急性胃肠炎等病，每日一次、二次，甚至三次，皆不为过，但留罐时间却不可过长。

(8) 疗程：一般以 12 次为一疗程，如病情需要，可再继续几个疗程。

(9) 部位：肩端、胸、背、腰、臀、腠窝以及颈椎、足踝、腓肠肌等肌肉丰厚、血管较少的部位，皆可拔罐。另外还可根据病情，疼痛范围，可拔 1~2 个火罐，或 4~6 个甚至 10 个玻璃火罐。

## 5. 注意事项

(1) 使用酒精闪火时，棉球酒精，只须少蘸不要多蘸，防止酒精过多，吸拔力大，影响疗效和造成烫伤。

(2) 室内保持温暖，躲开风口，防止着凉。

(3) 留罐时间，一般以不超过 10 分钟为好。

(4) 再次拔罐，要选择未拔过的地方去拔。

(5) 如果使用大口罐头瓶来代替玻璃火罐，必须选择罐口、里沿光滑无棱无破口者，以免划破皮肤，造成感染。

**6. 怎样避免火罐烫伤** 有人说：“只要经常拔罐，就难免不烫伤”，这种说法对不对呢？不对。因为临床实践告诉我们：造成火罐烫伤的主要原因是酒精用的过多，滴在罐内皮肤，烫起一片血泡；火焰烧热罐口，容易叫罐口烙伤圆圈。留罐时间过长，容易拔起白水泡。前二种是真正烫伤，后一种不是烫伤。那么能不能避免火罐烫伤呢？能，完全能够，但必须采取如下措施：

(1) 涂水：在拔罐地方，事前先涂些水(冬季涂温水)。涂水可使局部降温，保护皮肤，不致烫伤；

(2) 火焰朝罐底：酒精棉球火焰，一定要朝向罐底，万不可烧着罐口，罐口也不要沾上酒精；

(3) 留罐时间短：缩短留罐时间，不要过长，过长容易吸起水泡，一般3~5分钟即可，最多不要超过10分钟。

## **7. 适应症、主穴与禁忌症**

(1) 适应症及主要穴位：

〔呼吸系统适应症〕 急性及慢性支气管炎、哮喘、肺水肿、肺炎、胸膜炎。主穴：大杼、风门、肺俞、膈俞。

〔消化系统适应症〕 急性及慢性胃炎、胃神经痛、消化不良症、胃酸过多症。主穴：肝俞、脾俞、胃俞、膈俞、章门。

急性及慢性肠炎。主穴：脾俞、胃俞、大肠俞、天枢。

〔循环系统适应症〕 高血压。主穴：肝俞、胆俞、脾俞、肾俞、委中、承山、足三里。重点多取背部及下腿部。

心律不齐。主穴：心俞、肾俞、膈俞、脾俞。

心脏供血不足。主穴：心俞、膈俞、膏肓俞、章门。

〔运动系统适应症〕 颈椎关节痛、肩关节及肩胛痛、肘关节痛。主穴：压痛点及其关节周围拔罐。

背痛、腰椎痛、骶椎痛，髋痛。主穴：根据疼痛部位及其关节周围拔罐。

膝痛、踝部痛、足背痛、足跟痛。主穴：在疼痛部位及其关节周围，用小型玻璃火罐，进行拔罐。

〔神经系统适应症〕 神经性头痛、枕神经痛。主穴：大椎、大杼、天柱(加面垫)、至阳。

肋间神经痛。主穴：章门、期门、及肋间痛区拔罐。

坐骨神经痛。主穴：秩边、环跳、八髎、委中。

因风湿劳损引起的四肢神经麻痹症。主穴：大椎、膏肓俞、肾俞、风市，及其麻痹部位。

颈肌痉挛。主穴：肩井、大椎、肩中俞、身柱。

腓肠肌痉挛。主穴：委中、承山及患侧腓肠肌部位。

面神经痉挛。主穴：下关、印堂、颊车，用小型罐，只能留罐 6 秒钟，起罐，再连续拔 10 次到 20 次。

膈肌痉挛。主穴：膈俞、京门。

〔妇科方面的适应症〕 痛经。主穴：关元、血海、阿是穴。

闭经。主穴：关元、肾俞。

月经过多。主穴：关元、子宫。

白带。主穴：关元、子宫、三阴交。

盆腔炎。主穴：秩边、腰俞、关元俞。

〔外科疮疡方面的适应症〕 疖肿。主穴：身柱、及疖肿部位，小型罐面垫拔。

多发性毛囊炎。主穴：至阳、局部小型罐加面垫拔。

下肢溃疡。主穴：局部小型罐加面垫拔。



急性乳腺炎。主穴：局部温开水新毛巾热敷后，用中型或大型火罐拔，可连续拔5~6次。

(2) 拔罐的禁忌症：白血病，血小板减少紫癜病，及出血性的过敏性紫癜病。神经病患者，或狂症难与合作者。心力衰竭的心脏病人。妊娠四个月以上的孕妇。严重的全身性皮肤病患者。久病之后，恶病质者，皮肤失去弹性者，或患有全身高度的浮肿病者。

按：拔罐确能治好许多病，但并非万能，必要时，需与其他方法配合进行。

## 十三、水 罐 疗 法

水罐疗法，是用玻璃火罐，或细瓷罐，装进温水，使用投火法，将罐内氧气烧尽，形成负压，连水扣住皮肤，进行疗病的一种方法。

1. **适应症** 上呼吸道感染、支气管炎、儿童的轻微支气管肺炎。另外对于急性胃炎、慢性胃炎、胃痉挛以及关节炎、软组织扭伤等。

2. **工具** 中号玻璃罐一个，或细瓷罐一个。罐口要光滑，不要有棱或破口的。

3. **操作** 将玻璃火罐(或细瓷罐)，装进半罐温水，用脱脂棉一小块扯成棉花绒，放在近瓶口处，用火柴燃着，迅速一翻手将罐子扣在应拔的皮肤上，立即吸住。操作要利落，动作要快，棉花绒燃着趁其火焰旺盛时，要立即扣罐，吸力很大，水不会漏出，如稍一犹豫，火焰将熄再去叩罐，不但吸力不大，而且还容易漏水。

4. **起罐** 水罐与火罐起罐不同，水罐里面有水，起不恰当，水必漏出，特别是俯卧的病人，更必须掌握好操作方

法。例如从腰部起罐时，必须在腰部左侧(或右侧)，先涂温水，再将罐子从脊中转向腰旁涂水的一侧，使罐口原来朝下的位置改变为罐口朝上，左手扶住罐子，右手食中二指轻按靠近罐口皮肤，空气透入，吸力消失，罐子随手而落，滴水不洒。

**5. 走罐** 是水罐疗法的独特技术。它是将已拔住的水罐，根据病情需要，来回滑动。如原先拔在左肩胛上，要将它搬在右肩胛上，就在左右肩胛之间拍点温水(或香皂)，变成滑润的通道，左手按住罐底，罐口转向右肩胛，罐子一转动，立刻滑到右肩胛。当然，如果想从右肩胛转向右腰，即在右肩胛到右腰的通道，涂些温水，再滑动罐子，立刻又能从右肩胛滑向右腰。以罐子仍然吸力那样紧，水不漏出即为得法。此法最适用于背腰串痛及肌肉丰厚之处。

## 十四、连续闪罐疗法

连续闪罐疗法，是用连续闪火，扣罐、起罐，把过去使用长时间留罐的方法，改为不留罐的方法。

**1. 适应症** 气管炎、肩周炎、慢性膝关节炎、腰关节炎、急性胃肠痉挛、急性胃炎、慢性胃炎、慢性肾炎肾功能衰退，及心脏供血不全、萎缩性胃炎等。对面神经麻痹尤有疗效。

**2. 工具** 酒精棒一根(用16公分长、8号粗的硬铁丝一根，一头缠绕1.5公分石棉绳二层，如无石棉绳，外缠线带也可。在石棉绳外层，再缠五六道细铁丝以加固)。玻璃火罐三个(一般使用二号为合适。连续闪拔，罐子容易热烫，共备用三个，以便轮换使用)。95%酒精50cc(装大口玻璃瓶)。酒精灯一个。火柴一合。

**3. 操作** 将酒精棒有石棉的一头，稍蘸酒精，酒精灯燃着后，使闪火法，往罐底一闪，迅速将罐子扣在应拔的部位上，随手起下，再闪火吸上再起下，每处每次速闪二十下，必要时，休息一会，再速闪二十下。此时罐子已热，要更换新罐。夏季，每处闪二十即需换罐，以免烫伤。如果室内只有一个玻璃罐，可放冷水盆中降温后再用。

**4. 特点** 使用简单，安全有效。例如面神经麻痹症，轻者六次左右，即可痊愈，或接近恢复正常。而且并无副作用。

## 十五、滑 罐 疗 法

滑罐疗法是在水罐疗法基础上，发展起来的一种新的外治法。

**1. 适应症** 急性支气管炎、急性支气管哮喘、支气管扩张、支气管肺炎、肺水肿、胸膜炎、急性胃炎、肠炎、慢性胃肠炎以及风湿性引起的腰背关节疼痛等症。

滑罐疗法，也是体育专业人员或其他从事体力劳动的同志们的保健疗法之一。

**2. 工具** 中号玻璃罐二个（备用一个），酒精棒一根（18公分长的自行车条，一头缠线带外绕细铁丝数道制成）。75%酒精100cc（装广口玻璃瓶）。硼砂香皂一块。酒精灯或蜡烛一个。

**3. 操作** 燃着酒精棒，用小火闪火法（少蘸75%酒精，进行拔罐。在拔罐之前，先在局部拍些热水或热水泡的香皂水，欲大面积滑罐，即大面积涂水，欲小面积拔罐，即小面积涂水，欲向左右侧滑走，左右连线上涂水，欲向上或向下滑走，即在上下连线上涂水或涂香皂水。

滑走时，左手扶罐，右手拉罐或推罐滑走，上下左右，

大圈，小圈，各种滑罐手法，皆可施展。但必须注意观察滑走之皮肤，如果出现红紫并带有疼痛感觉时，即行停止。一般讲来，每处以连续滑走五次左右为合适，对于皮肤敏感的人，也可以不超过三、四次。总之，以皮肤温润清爽为度。

**4. 部位** 滑罐的主要部位，在肩、背、腰、臀、股、腿部。按部位进行滑罐，或以疼痛点为滑罐部位都可以。

如呼吸、循环系统病，可取第七胸椎到第一胸椎部；消化系统病，可取髂嵴上达第七胸椎部；泌尿生殖系统病，可取骶椎上达髂嵴部。不过滑罐疗法，以呼吸、消化两系统的常见病为其主要适应症。因此，使用滑罐时，也要在背后第七胸椎到第一胸椎的上下左右，作为滑罐走动的部位。

**5. 注意事项** 闪火扣罐时，始终保持小火，则滑动自如，万不可使用大火，否则吸力太紧，不但滑动困难，而且刺激皮肤反而影响疗效。使用香皂要选择，一般出售的多为硷性强的香皂，刺激皮肤。故用弱硷的硼砂香皂、硼砂浴皂或婴儿香皂。秋冬季滑罐，必须保持室内异常温暖，一般应在 22℃ 的温度为合适。

## 十六、旋转走罐疗法

旋转走罐疗法，是在病区局部范围，通过闪火将罐子吸住，再进行旋转活动的一种治疗方法。

**1. 适应症** 肩关节周围炎、肩胛痛、腰肌劳损、扭伤腰痛，以及膈肌痉挛、胃肠痉挛，心脏供血不足、肾脏供血不足等。

**2. 工具** 中号玻璃罐一个，酒精棒一根（制法见滑罐疗法），酒精灯一个，75%酒精一瓶，硼砂香皂一块，火柴一盒。

### 3. 操作 旋转走罐有三种操作方法:

(1) 原地旋转: 先用硼砂香皂, 蘸热水涂局部, 酒精棒燃着, 用闪火法, 将罐子吸住皮肤, 左手扶正罐子, 右手拿稳罐, 原地从右往左旋转 20 下, 起罐。俟局部充血恢复原状, 再依前法将罐子仍朝一个方向旋转 20 下。主治肩周炎。

(2) 起落旋罐: 将罐子吸住后, 左手扶罐, 右手轻轻提起, 同时旋转 20 下罐子, 罐子落下后, 左手扶罐, 右手随手压按, 随手旋转 20 下, 一起一落共计 40 下。主治肩关节周围炎, 腰肌劳损及腰关节扭伤。

(3) 推动旋罐: 罐子吸住皮肤后, 左手推动罐子前走, 右手掌握旋转, 随左手旋转罐子前进。也就是说: 左手管推进的, 右手管旋转的。主治膈肌痉挛, 胃肠痉挛。部位在背后第七胸椎到第十二胸椎旁一寸五分处。

4. 部位 膈肌痉挛、胃肠痉挛拔背后第七胸椎至第十二胸椎旁开 1 寸 5 分处。心脏供血不足拔左乳下、上、左、右 3 公分处, 以及心俞穴上下处。肾脏供血不足拔京门穴上下处。肩关节周围炎、肩胛痛、腰肌劳损、扭伤腰痛等, 均拔局部。

5. 注意事项 使用闪火时, 火焰要小, 才能便于旋转。

对于药物过敏的患者, 孕妇中暑或感受风寒时, 可在脊椎两旁, 进行推动旋罐, 既安全有效, 又无副作用。

## 十七、抓 顶 疗 法

用两手十指尖, 在患者头顶疼痛部分, 以快速的抓动手法, 来消除或缓解头顶疼痛的症状, 叫做抓顶疗法。

1. 适应症 血管性头痛、偏头痛、头顶木痛等症。

2. 操作 医生两手用热肥皂水洗净, 用十个手指尖, 在

患者头顶疼痛的地方,以每秒钟 6 下的快速动作,两手交替抓动进行。所谓抓,就是连抓带拍,既拍又抓,不是单一地去抓。

## 十八、条 打 疗 法

使用植物的新鲜枝条,扎成两个“条把”,在患者上肢或下肢肌肉萎缩的地方,左右两手各拿一个“条把”,进行有节奏的敲打,以达到治疗目的,叫做条打疗法。

**1. 适应症** 上下肢肌肉萎缩,或小儿麻痹引起的早期上下肢萎缩症。

**2. 工具** 选择粗过自行车条的鲜柳条、桑条、或榆树条,共 30 根,锯成二市尺长,分成两个“条把”,每“把”15 根,每根枝条都要修整光滑无刺,“把”的一头散开,一头用线绳缠紧十余道备用。冬季无鲜条,可用温水浸软代用。或用细藤条亦可。

**3. 操作** 让病人坐在暖和屋里的床上或炕上,医生双手各拿“条把”缠绳的一头,在患者上肢或下肢肌肉萎缩地方,以每秒钟 6 下的快速动作(以左手落下为第一数来计数),一起一落敲打 10 分钟,略微休息,再继续敲打 10 分钟,共计 20 分钟。成人也可自己单手操作。敲打时,条把抬高约半市尺,太高则敲打疼痛,太低则敲打无力。如上下肢都萎缩,则先敲打上肢,后敲打下肢。如肩周及背肌萎缩,则先敲打肩周,再敲背肌。如果仅是上肢或下肢一处肌肉萎缩,即先敲打其周围,再打局部。如患病一年以上,上、下肢萎缩较重肌肉明显发凉而冰手者,可先煮 30 克干姜,煮成 500cc. 局部热敷 10 分钟后,再作敲打。

治疗时间在上午 10 点左右或下午 3 点左右为合适。临睡前或刚睡醒,不要敲打,以防肌肉过度紧张,影响疗效。

操作时，两手手劲要轻重协调，要掌握轻、稳、匀、准，以皮肤红润，浅层毛细血管明显充血为好。

**4. 疗程** 每日上、下午各1次，每次20分钟，以12次(六天)为一疗程。

最好在春、夏或早秋治疗较好，冬季有暖气设备或室温保持平衡者也可进行。

**5. 注意** 操作时室内一定要保持温暖，农村有暖炕的，可在热炕头上进行，如果阴雨连绵，又无热炕，一定要用热水带一类保暖工具将棉被等裹住，驱去潮气，作完后立即躺进热被里休息。室内有对流风，或当风之处，均不宜进行。

## 十九、抓 火 疗 法

将白酒燃着，用手抓起已燃着的白酒火焰，在病人腰背疼痛部位，进行快速的梳摩，以治疗疾病的方法，叫做抓火疗法。

**1. 适应症** 受风、寒、湿引起的腰疼，腰肌劳损，或闪挫扭伤的腰痛症。

**2. 工具** 磁碟一个，60度白酒60cc，干毛巾二条，火柴一合。

**3. 操作** 先将干毛巾一条围在11肋下缘，再将另外干毛巾一条围在平骶骨上缘，让患者俯卧床边，医生将60cc白酒，全倒在磁碟里，用火柴将白酒燃着，马上用左手五指指尖，快速抓起白酒燃起的火焰，在患者腰部疼痛地方，用极其快速动作，左手从上往下进行梳摩，同时右手也用梳摩动作，将火焰往下直梳，将火焰扑灭。照此动作，左手抓火，右手扑火，随抓随扑，直到白酒烧完，火焰不见为止。

此时，患者腰部被抓火部分，皮肤红润，一片温热，长久不散，腰疼亦随之缓解，轻者，抓火后很快疼痛解除。

**4. 注意** 在抓火前，医生首先要用肥皂洗净双手，两手指甲更要修整光滑，然后用温水将两手温热再去进行操作。当风之处，容易感冒，不宜当风进行操作。凡器质性腰痛，如骨科，伤科疾患，先天性畸形，结核、骨髓炎，老年性骨质松变，以及肿瘤等病引起的腰痛等症，使用抓火，疗效不显，可不必用此疗法。

## 二十、点脊疗法

**1. 点脊疗法的来源** 点脊疗法，是利用拇指和食指尖，在患者脊椎两侧使用点捏来进行疗病的一种儿科外治疗法。

我国民间有拈脊、按脊、拿积、捏积等各种疗法。从这些名称看来，有的是针对人体部位而取名的，有的是根据治疗疾病而取名的。不管怎样，实际都是在脊椎部位进行操作的一种民间外治疗法。点脊疗法是编者多年实践上述几种方法加以改进的一种简易治法。

从医学史来看，我国用按捏脊椎治病的方法，流传已很久了。晋代葛洪写的《肘后备急方》卷一治卒腹痛方第九，有这样一段记载：“……拈取其脊骨皮，深取痛引之，从龟尾至顶乃止，未愈更为之。”这说明，我国早在一千六百多年前，民间就已掌握利用按捏脊椎的方法，来治疗急性腹痛了。

**2. 治疗对象** 点脊疗法的治疗对象，是一周岁到七周岁的儿童为最合适。七岁到十四五岁左右的儿童，疗程稍长些，也可收到一定疗效。

本疗法主要适应证是消化系统疾病。象小儿伤奶、伤食、食积、腹胀、腹泻，或恣食生冷油腻肥甘，致胃肠衰弱，



消化不良；或病后失调，使津液枯竭，脾胃受伤。其甚者，体瘦腹胀，肌肤甲错，毛发焦枯，小便浑浊，大便秘臭。有此等病象，用点脊疗法，非常适宜。

**3. 点脊的手法** 点脊手法简单，疗效可靠，而且无副作用。凡是具有一般卫生常识的家庭主妇，都能很快学会。由于这一疗法，一点没有痛楚，孩子们乐于接受。

孩子们骨骼柔软，皮肤娇嫩，手法只宜轻点，不宜过重。一般讲来，指甲点在皮肤上，出现浅层凹陷即可。点脊的速度以一秒钟内点捏四下即可。每做完一次，大约仅用几分钟时间。每日午饭前和晚饭前共作二次，十天共计二十次为一疗程。术前用毛刷蘸药皂将手指甲洗刷干净，特别是食指、拇指二指甲剪磨圆滑与指顶相平，再进行操作。

**4. 熟悉三路二环及操作法** 点脊的部位，是在脊椎两侧。以脊椎为中心，每一侧分为三条路线。紧贴脊椎边沿的为一路，贴一路外侧的为二路；贴二路外侧的为三路。依照上面三条路线，首先用单手食、拇二指尖连续点完曰一环，然后再改用双手两拇指尖，依照上面路线再连续点完曰二环。三路二环，就是三条路线，二个回环（图 23）。

首先用左手或右手的食、拇二指尖，紧贴尾椎骨旁往上点捏到相平于两髂骨上缘，点捏十二下；由此往上点捏到相平于两肩胛骨下缘，再点捏十二下；由此往上再点捏到与第七颈椎相平，又点捏十二

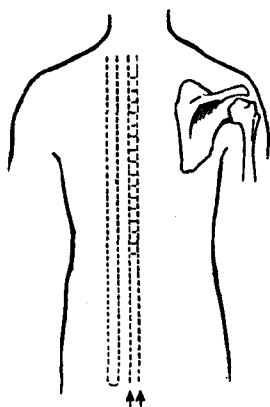


图 23 点脊循行路线

下，共点 36 点，两侧共点 72 点，完成第一路线。

第二路线是，点到第七颈椎两侧后，紧挨着第一路线两侧，改为从上往下行，即由第七颈椎旁再往下点到平肩胛下缘，还是点捏十二下，由此往下点到平肋骨上缘，又是十二下，再往下直点到尾椎骨两旁，还是十二下，共点 36 点，两侧共点 72 点，完成第二侧路线。

第三路线是，紧挨第二路线两侧，同上共完成 72 点。第三路线点完后，在后头枕骨下大筋外的两侧凹陷中的风池穴，再轻轻点捏十二下。总计两侧共 216 点，再加上风池穴的 24 点，总计 240 点，到此为一环。

第一环作完后，仍依照上面三条路线，不用单手，改用双手的拇指尖依法点取，做完第二回环后，仍点风池穴 24 点，全部到此完毕，总计一、二两环点 480 点。

这时，孩子脊椎两旁，温温一片红润。如在医院里作，可让孩子休息几分钟再回家，如果在自己家中操作，可叫孩子多休息一会或睡一觉，效果更好。

## 5. 注意事项

(1) 操作时孩子的姿势，最好采取俯卧式，当然如果孩子暂时不予合作，那就不论侧卧、或坐式均可。但必须使背部肌肉能够放松。

(2) 孩子刚吃完奶，吃罢饭，休息半小时后方能操作。

(3) 室内一定保持温暖，躲避冷风，以防感冒。操作后最好加盖一条厚毛巾。

(4) 操作后，孩子不要吃生冷粘硬油炸食物，更不要使孩子们受惊吓。

## 二十一、填脐疗法

填脐疗法，是将适合病情的药物，填于肚脐内，以达到治病目的的方法，叫做填脐疗法。

### 1. 适应症及填脐的药物

感冒：葱白 30 克，连翘 15 克。捣烂装纱布包填脐上，等到将要出汗时，急喝白开水一杯，以加速发汗。

中暑：仁丹 15 克，或痧药 3 克（中药店有出售），研粉填放脐上，外贴纱布敷料。

暴受风寒闭汗：葱白 30 克，胡椒 1 克，捣装纱包填放脐上，外贴纱布敷料。加服开水一杯。

急性胃炎：吴萸 15 克，良姜 15 克，捣碎，兑入萝卜末 60 克，装纱包，填放脐上。

急性肠炎：黄连 3 克，香附 15 克，良姜 15 克，捣碎填脐上，外盖纱布敷料。

急性支气管炎：草决明子 60 克，莱菔子 30 克，捣碎，填脐上，外盖纱布敷料。

急性乳腺炎：蒲公英 60 克，捣碎，白菊花 15 克开水半杯调匀，装纱包填放脐上，外盖纱布敷料。

婴儿湿疹：黄连 3 克，雄黄 3 克，丝绵烧灰 3 克。共研细粉，填放脐上，外盖纱布敷料。

小儿消化不良：槟榔 9 克，良姜 3 克，共捣细，填脐上，外盖纱布敷料。

**2. 作用** 肚脐有相当的吸收能力。实践证明，将黄连粉水调填脐，不久，口腔可有苦味感。可以预防口腔炎症。因此对于有些不愿服药的病人，或者突然发作的急性疾病，如急性胃肠炎等症，可通过填脐，进行治疗，多能获得满意的疗

效。

**填脐疗法**，是流传民间一种简易的外治疗法。清代吴尚先写的《理渝骈文》里面，就介绍用填脐来治病。填脐治病的道理，主要是因为肚脐皮肤浅层粘膜有感受和吸收药物作用，进行全身治疗，因而填脐疗法，不单纯是能治局部的病，而且也是可以治疗整体疾病。

## 二十二、含 漱 疗 法

含药水漱口，漱完吐出叫含漱。含漱与噙法不同，噙法是等药物噙化后，吐出或咽下。含漱疗法则是用冲剂或水剂多次地漱口来治病的方法。

### 1. 黄连含漱法：

适应症：主治急性咽炎，口腔炎，口颊溃疡。

药物：黄连 2 克。

操作：将黄连放在干净的茶杯中，或一磅的小暖水瓶中，或保温杯中，开水冲满，等到药水发黄，水温合适，即可漱口，每日几次到十几次。头一茶杯黄连水漱完，还可开水续冲第二杯，继续含漱。每次漱完吐出。

### 2. 三黄含漱法：

适应症：主治口腔炎，急性扁桃体炎，急性喉炎，舌边溃疡，口腔溃疡和咽喉肿痛等症。

药物：黄连、黄芩、黄柏各 2 克。

操作：同上。

### 3. 盐水含漱法：

适应症：主治口腔炎。

药物：精盐 2 克。

操作：放茶杯中，开水冲作多次含漱，漱完吐出。

#### 4. 茶水含漱法:

适应症: 主治牙周炎, 牙齿釉质脱落怕冷热刺激引起的牙痛。

药物: 普通花茶 15 克。

操作: 同前。

#### 5. 胡桃皮含漱法:

适应症: 主治牙周炎, 牙质衰退, 及预防牙齿早期脱落。

药物: 胡桃仁外面的皮膜。

操作: 洗净煎水同前含漱。

#### 6. 冰片含漱法:

适应症: 主治慢性咽炎。

药物: 北沙参 15 克, 冰片 2 克, 黄柏 15 克。

操作: 放一磅热水瓶中, 开水冲泡 15 分钟后即成。每次倒出半茶杯作含漱, 含漱将近完毕, 最后少留半杯, 慢慢咽下。

## 二十三、喷 雾 疗 法

将适合病情的药物, 用喷雾方法, 通过呼吸, 让病人吸入, 以加强抗病能力的疗法, 叫喷雾疗法。

#### 1. 连翘喷雾:

适应症: 感冒, 流行性感冒。

药物: 连翘 60 克, 板蓝根 30 克 (学龄儿童减半)。

作法: 将以上两种药装进大砂锅里, 兑水 600cc, 煎开, 过滤去渣, 让病人坐在暖和的屋里, 关闭门窗, 用喷雾器进行喷雾。病人在屋里停留约 1 小时左右。每周 1、3、5 各喷雾一次。已患感冒可使症状减轻, 未患感冒可得到预防。

作用：连翘和板蓝根，都有消炎解毒抗病毒的作用，二者合用，治疗流感，有一定疗效。

## **2. 米醋喷雾：**

适应症：流行性感冒

药物：老陈醋一市斤，倒入大砂锅（不要用铝及掉瓷的搪瓷锅，防止腐蚀），煮沸备用。

作法：将热醋吸入喷雾器，病人安坐室内，关闭门窗，进行喷雾1小时。每周喷雾二次。

作用：实验证明，米醋对于球菌，甲链球菌，葡萄球菌等，均有抑制作用。米醋还有抗病毒作用，如果能保证每星期喷雾二次，未患感冒者可得到预防，已患感冒者，当嗅到醋酸气味，鼻塞头痛均可减轻。

以上两种喷雾疗法，简单实用，个人可用，集体也可用，幼儿园、学校宿舍等处，更为适用。是预防流感的好方法。

# **二十四、火灼疗法**

用纸捻蘸香油，或将芳香、化毒、活血止痛等药末卷入纸卷内，用火燃着一头，在患处反复灼烤的一种治疗方法，叫作火灼疗法。

## **1. 单纯火灼法：**

适应症：主治红线疔（急性淋巴管炎）。

药物：用18公分长，4公分宽的桑皮纸捻成纸捻。一头蘸满香油作成油纸捻备用。

操作：将纸捻有油的一头，用火柴燃着，在患者皮肤红线的前进的一头（即尽头），纸捻距皮肤高约3公分左右，由里向外灼烤到红线的起头处。再从红线的起头处由外到里徐徐灼烤到红线的尽头处。依此法连作三次，约3~5分钟作

完。

当用油纸捻灼烤时，红线周围温热，患者感觉清凉，皮肤红线隐约不显，疼痛大减，即为对症。每天灼烤二次，灼烤完毕，适当喝点茶水或白水。

## **2. 药捻火灼法：**

适应症：同上。

药物：雄黄、血竭、儿茶、乳香、没药。卷入18公分长、4公分宽的桑皮纸捻里。

操作：同上。

# **二十五、捏脊疗法**

用手指在脊椎两旁捏起皮肤，并向前推进的一种治病疗法，叫做捏脊疗法。

**1. 捏脊的特点** 捏脊的特点很多，操作简单，人人可学；经济实用，不用器械和装备；疗效好，对胃肠痉挛引起的腹痛和消化不良引起的腹泄以及体质衰弱食欲不好的，尤有特效。本疗法无副作用，无不良反应。治疗时没有痛楚，尤其是怕吃药和打针的孩子，容易接受本法治疗。

**2. 捏脊的对象和适应症** 捏脊的对象，是一周岁到七周岁的幼儿，或七岁到十四岁的儿童。但是根据作者经验，成年人患消化不良者，使用捏脊，效果也相当不错。小儿疳病，消化不良、营养缺乏病，是捏脊疗法的主要适应症。

小儿疳病：疳病俗称积症、痞症。由于疳病常能造成大肚子，所以民间习惯上又叫它“大肚子痞”。疳病是小儿比较常见病，发病原因与饮食、生活、护理各方面都有密切关系。比如吃的太多，贪食生冷油腻，饮食不节或饥饱无度，或断奶过早，都容易造成疳病。得了疳病以后，孩子面黄肌瘦，肚

子胀痛，重者小腹硬大，大便溏泄而有酸臭味，有的病儿还兼有蛔虫、寸白虫等，或小便像米泔水那样，甚至于发烧，夜间盗汗，两眼干涩，头发焦枯，倦怠懒惰等。

**伤食病：**也是小儿常见疾病，一般来讲是由于吃的过饱，贪吃零食或吃不易消化的食物过多而引起的消化不良症。常见症状：腹胀胀满，或大便稠粘带有恶臭，并有发烧，经常啼哭等。

**营养缺乏病：**由于孩子的身体各器官机能不强，吸收与供给营养的功能差，使骨骼发育不全，全身发育迟缓，造成营养缺乏病。

捏脊疗法能增强消化吸收功能和神经调节机能，因而对于上述小儿疾病有显著疗效。即使成年人的腹胀肠鸣，腹泄便秘，消化不良症，以及神经衰弱，失眠多梦，头痛头晕等，如能经常采用捏脊疗法，也是有好处的。

**3. 捏脊的手法** 捏脊手法有两种，一种是轻微的推捏式（图 24），另一种是用力的提捏式（图 25）。

(1) 推捏的操作：两手半握拳，两手食指中节背横抵在尾椎骨两旁，先用左手食指背向前一推，接着左手大拇指将皮肤轻轻捏起，再用右手食指背向前一推，接着右手大拇指将皮轻轻捏起，随推随捏，随捏随向前进，从尾椎两旁直捏到后颈为止。速度不要太慢，以每秒钟能推捏四下为合适。

(2) 提捏的操作：提捏就是将皮肤提起捏动向前进。提捏比推捏手法要重些，它是在推捏到第二腰椎时，两手食指和拇指同时加大力量，交替向左侧和右侧挑动。

每天上午或下午饭后 1 小时左右，进行捏脊。十天为一疗程。

#### 4. 注意事项



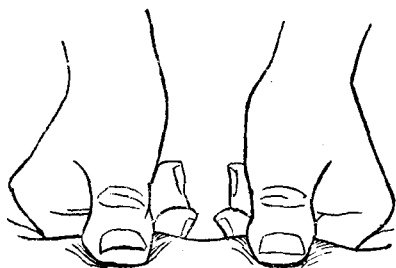


图 24 推捏式

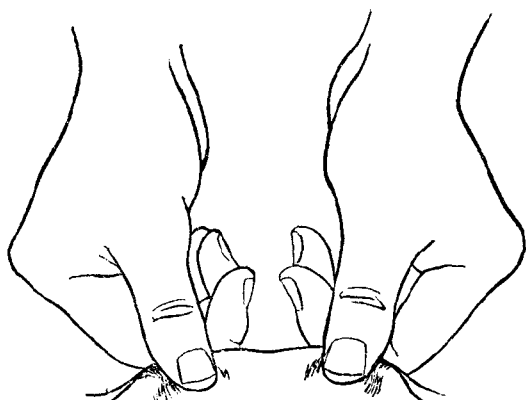


图 25 提捏式

- (1) 在捏脊以前，要向病人讲清捏脊道理，对孩子要耐心体贴，争取合作，以提高疗效。
- (2) 术前先要检查脊椎部有无疮疖和皮肤外伤等症。
- (3) 体弱怕痛的儿童，只用轻微的推捏，不用提捏。
- (4) 捏脊时，手劲、速度要匀，一般以每秒钟捏四下为好。
- (5) 饭后不要立刻做手术，术后也不要立即吃饭。要间隔 30 分钟为好。

(6) 捏脊过程,不要吃生冷不易消化的食物,同时要避免惊吓及精神上的刺激。

## 二十六、睡枕疗法

将常用植物药的花、叶、子、皮等,作成小睡枕放在枕头中,每晚枕它睡觉,以防治某些常见病,这种方法叫睡枕疗法。

### 1. 决明子枕:

适应症: 结膜炎。

药物: 决明子(即草决明) 120 克。

作法: 将决明子先用水冲洗干净,晒干,装进小纱布袋里,再缝进枕头当中,每晚枕之睡觉。

### 2. 蒲公英枕:

适应症: 偏头痛型血管性头痛, 结膜炎。

药物: 蒲公英 120 克。

作法: 同上。

### 3. 晚蚕砂枕:

适应症: 瘀血性头痛, 结膜炎, 血管痉挛引起的头痛等症。

药物: 晚蚕砂 120 克。

作法: 将晚蚕砂装进小纱布袋里, 再缝进枕头, 每晚枕睡。

### 4. 绿豆衣枕:

适应症: 体弱低热长期不退者。

药物: 绿豆衣 150 克。

作法: 将生过豆芽的绿豆皮晒干 150 克, 装进纱袋, 再放进枕头当中, 每晚枕睡。

### 5. 菊花枕:

适应症: 高血压头痛。

药物: 白菊花 120 克。或搜集落叶黄菊亦可。

作法: 同前。

## 二十七、握掌疗法

将辛辣芳香含有挥发性的植物药,握在掌中,促其发汗,这种方法叫作握掌疗法。

### 1. 苍术握掌法:

适应症: 刚受风寒,头疼身痛,四肢发冷而无汗者。

药物: 苍术 30 克,羌活 30 克,白矾 9 克,生姜 30 克。  
前三味研细粉装瓶,后一味生姜用时最好捣烂成泥。

作法: 先将生姜泥装进搪瓷缸内,放在开水盆中,间接加温。再将苍术等粉末和姜泥和匀,分握两掌心 20 分钟,在暖屋子里卧床盖被取暖,如感觉寒冷特甚,丝毫无汗意,可速喝生姜汤(生姜 9 克,白糖二勺)或被子里放暖水袋,以促其发汗。

### 2. 萝卜末握掌法:

适应症: 消化不良。

药物: 萝卜末 90 克,生姜 15 克,香附 9 克。共捣烂成泥状。

作法: 分握手掌中 20 分钟。

### 3. 食盐握掌法:

适应症: 慢性咽炎。

药物: 食盐二市两,硼砂一市两,同拌匀。

作法: 先将两手用热水浸热 10 分钟,对搓两手 60 下,马上将食盐等分成等份,分握两手掌心 15~20 分钟。

## 二十八、热熨疗法

利用吸收热力的物体，或拌上某些药物，加热熨在身体适当的部位上来进行治疗，叫作热熨疗法。

### 1. 盐熨

适应症：因受风寒而引起的腹痛，腰痛、四肢关节痛和慢性腹泻及痛经等症。

药物：大青盐一斤。

作法：将大青盐放铁锅内，急火炒爆后，将青盐装进布袋，然后将布袋放在患者肚脐，腰腿疼痛地方进行热熨。如盐不太热，重新炒热再熨，每次热熨半小时。

### 2. 醋熨

适应症：主治痛经，其余同上。

药物：老陈醋三两，香附 30 克（捣），青盐一斤。

作法：先将青盐炒爆，再拌炒香附末半分钟，再将陈醋均匀地洒入盐锅里，随洒随炒，炒半分钟，装进 3×6 市寸的布袋里，袋口扎紧，放脐下或疼痛地方，进行热熨。

### 3. 麸熨

适应症：主治因受风寒湿引起的关节疼痛。

药物：麸子一市斤。苍术 60 克，广木香 60 克，生乳香 30 克均研成粉。

作法：先将麸子炒热，再将其余三味药粉同炒 3 分钟，少洒几点水，使锅内产生气体，更好发挥药力，炒好装进布袋，进行热熨。

### 4. 晚蚕砂熨

适应症：主治因受风寒湿而引起的四肢关节麻痹或疼痛等症。

药物：晚蚕砂一市斤，黄酒四市两。

作法：将晚蚕砂与黄酒拌匀，分装在两个布袋内，放在锅内竹篦子上蒸约 10 分钟，将袋取出趁热熨患处和四肢关节地方。也可改蒸为炒法，将晚蚕砂炒热，兑入黄酒略加拌炒，装入布袋进行热熨。

#### 5. 葱熨

适应症：同上。

药物：大葱白半斤切丝，大青盐半斤。

作法：先将大青盐炒爆，再兑入大葱丝，略炒 1~2 分钟，俟大葱放出香味，装袋热熨。

#### 6. 透骨草熨

适应症：腰椎骨刺增生疼痛者。

药物：透骨草 60 克，当归 30 克，香附 30 克，独活 30 克，草乌 15 克，以上五味均研细粉。大青盐一市斤，老陈醋半市斤。

作法：先将青盐炒爆，再拌炒以上五味 2 分钟，最后将老陈醋均匀地洒入 2 市两，略炒一会，急速装纱布袋，进行热熨 20 分钟。每日早晚各一次，每次要炒盐二次，需醋四两。

#### 7. 砖熨

适应症：胃肠痉挛痛及风寒引起的腰背疼痛症。

工具：新砖两块，在炉口烧热(备用一块)。

作法：先在疼痛部位放上热水毛巾一条，上放鲜姜丝或葱丝二市两，再将热砖轮换放毛巾上，如新砖热烫，加垫干毛巾。

## 二十九、揉 动 疗 法

在皮肤外面，用手进行柔软的揉动叫作“揉”。这里所谈

的，是配合药物等来进行的一种揉法。

### 1. 苏叶揉法

适应症：主治慢性鼻炎。

药物：苏叶 30 克，葱白 30 克，开水冲浓汁半杯。

作法：用纱布敷料，蘸以上药汁缠右手食指，轻轻揉动鼻翼 3 分钟，每日三次。操作时，食指原地揉动，不要搓。要保持室温。

### 2. 姜汁揉法

适应症：胃痉挛，消化不良。

药物：鲜姜一市两捣，香附 15 克研细粉。

作法：将鲜姜捣烂，兑入香附粉，装茶杯或保温杯中，开水冲入竹筷搅匀，用新毛巾蘸姜汁等在胃部上下左右轻轻揉动 20 分钟。如无保温杯，可将冲得之姜水等放在一磅的暖瓶中。

### 3. 樟木花揉法

适应症：主治扭伤、腰肌劳损或因外伤而引起的关节筋骨疼痛等症。

药物：樟木刨花四市两，或以碎樟木块代之。

作法：将樟木刨花放搪瓷盆中，兑水 1000cc 煎开，新毛巾蘸，放扭伤地方，进行揉动。

### 4. 百部酒揉法

适应症：主治阴毛丛中生虱子，刺痒难忍，久久不愈。本法也适宜治疗头虱。

药物：百部根 30 克研粉，白酒四市两。

作法：先将白酒煮热，再兑入百部粉搅匀装大口瓶，将瓶口塞紧，酒浸三小时。

临用时，将瓶放热水中温热，将瓶摇动使药末和匀，用

药纱布蘸药酒轻揉阴毛处(治头虱揉头部)。

### 5. 大枫子仁揉法

适应症：专治疥疮。

药物：大枫子 30 克，核桃仁 30 克，红枣肉 10 枚，水银 0.6 克，猪油 30 克。

作法：先将大枫子仁、核桃仁、红枣肉捣极烂，再兑入水银和猪油调如药膏装瓶。

每次用药膏 2 克，纱布包好，轻揉心窝下（剑突上方）2 分钟。每日早晚各一次，不要揉手指生疥地方。如被揉地方已发红肿，即停止揉动。

### 6. 枯矾揉法

适应症：湿疹，发痒刺心者。

药物：枯矾 30 克，苦参 30 克研粉，白酒三市两。

作法：将前二味研细粉，兑进白酒，等枯矾完全溶化，纱布蘸匀揉动刺痒处。如湿疹渗出液及糜烂较重者，去白酒换白芨粉 30 克加入调匀。只能轻轻揉动，不可擦动。

## 三十、煮筒疗法

煮筒疗法，是将成熟的细竹筒，用水煮或药煮，迅速将竹筒扣住皮肤进行治疗的一种方法。

**1. 适应症** 主要用于外科的疮、疖、脓肿，以及感染引起的局部炎症等。此外，对于风湿性关节炎、感冒头痛、胸膜炎、肋膜炎、急慢性支气管炎和哮喘等症，也可应用本法。

**2. 制法** 选直径 1.5 公分（或 2 公分）、长约 8 公分的成熟竹子，保留竹节作底，按节截断，将竹筒外皮削成 0.2 公分的厚度，磨擦光亮，筒口尤须光滑，以吸力大不漏气者

为准，制成 50 个。

**3. 药煮** 根据不同病情，用药煮筒，如：去风湿者，苍术、艾叶各 60 克纱布包煮；解毒退热，蒲公英、菊花各 60 克同包煮；消肿止痛，当归、乳香、白芷各 60 克煮；感冒头痛，薄荷、连翘各 60 克同包煮；气管炎、哮喘，白前、橘红、苏子各 30 克煮；至于竹筒数目多少，根据病情需要决定。

上列药物，根据病情，分别装包药物和竹筒一起煮。锅的中心放一小竹篾，上放药包及竹筒，锅里添凉水以能盖过竹筒为准。水多则药力淡，水少则竹筒吸力不大。药锅以大砂锅、搪瓷锅为好，铜锅、铁锅次之。火力要匀，煮约 20 分钟即可，时间过长，则药力消失。

**4. 作法** 如疮痈已成脓，先在患处周围酒精消毒，用已消毒过的细三棱针，或小手术刀尖，轻轻点破皮肤，取出煮好的竹筒，用力摔出药液，将筒口迅速扣按凉水（凉白开）蘸湿的新毛巾上，使筒口降温，马上将竹筒扣在患部。留罐 10 分钟起罐。以上动作，要快速进行，时间拖长，竹筒不易吸住。

如果是治疗关节炎一类病，可在关节周围多吸些竹筒。至于气管炎、哮喘等病，可在后背脊椎旁 1~3 胸椎两侧，每侧各扣竹筒 9 个，两侧共 18 个；前胸 2、3、4 肋间，每肋扣 3 个，一侧扣 9 个，两侧也是扣竹筒 18 个。前后共 36 个。当然还可根据病情，灵活增减。也就是说：病情重者，多扣竹筒；病情轻者，少扣竹筒，不是固定不变的。

另外，也有人以热水煮竹筒，而不用药水煮的，但竹筒口径小。但从效果来看，药煮比水煮的更好些，而且治疗范围也较广泛。



## 5. 注意事项

(1) 吸拔疮疖等，一定要用新毛巾蘸热水局部热敷后，再扣竹筒，以免疮疖干裂疼痛。

(2) 检查竹筒吸口是否有破口。

(3) 煮过的热竹筒，先要挤出药液，再用冷毛巾速按筒口降低热度，以免烫伤。

(4) 吸拔疮疖起竹筒时，筒内常吸有脓血，容易流出，一定要筒口朝上，防止脓血污染。竹筒起下要妥善放在搪瓷盆里。

(5) 竹筒拔完后，近两天内不要洗澡。

(6) 体质素弱，或全身浮肿，或有全身性出血症者，或患有广泛性的溃疡病者，或疮疡患处邻近大血管者，以及有肿瘤疾患者，都不适用竹筒疗法。

## 三十一、膏药疗法

膏药疗法，是我国流传久、群众中应用最广的一种外治疗法。由于治疗病种不同，膏药的种类也不同。

**1. 膏药的种类** 市上出售膏药的种类很多，有黑膏药、白膏药、油膏药、胶膏药和松香膏药等。其中应用最广的，要算下面一些黑膏药：

(1) 疮疡用的黑膏药：有万应膏、拔毒膏、太乙膏和独角莲膏等。

(2) 风湿症、寒腿症、关节痛等用的黑膏药：有虎骨膏、狗皮膏、追风膏和金不换膏等。

(3) 积聚痞病用的黑膏药：如化积膏、阿魏化痞膏等。

(4) 腹痛、腹泻用的黑膏药：如暖脐膏、十香暖脐膏等。

### 2. 几种膏药的作法

(1) 黑膏药：用植物油（香油或菜籽油等）与铅丹合在一起，经过高热炼制，加入药料而成。也有将药物，先用香油浸一个时期，放锅内慢火熬炼，等到药物焦黄，滤出药渣，再兑入铅丹熬炼，等到油脂渐黑，滴水成珠不散，软硬合适即成。

(2) 白膏药：先熬炼植物油，熬稠后，再放凉到一定温度（约摄氏 100 度），徐徐加入铅粉，随加随搅，等到铅粉与稠的植物油融合均匀，即成为一种黄白色的膏药。

(3) 油膏药：用植物油，或含油的药物如大枫子仁、蓖麻子仁、木鳖子仁等，再和其他药料混合，成为油膏药。

(4) 胶膏药：将动物胶熔化后，加入药料，搅拌均匀，刷在厚的油纸上，阴干后即成为胶膏药。

(5) 松香膏药：在植物油烧热后，加入松香或再掺进适当药料，如蜂蜡、乳香、没药等即成为松香膏药。

附：

#### (1) 消瘰膏

适应症：瘰癧（颈淋巴结核）。

药物：生半夏 30 克，生川山甲 9 克，生甘遂 3 克，生马前子剪碎 12 克，皂角 9 克，朱血竭 6 克研末，香油半斤，黄丹 60 克。

制法和用法：前五味药先用香油煎枯去渣，加黄丹收膏，俟膏药火候老嫩合适（宁嫩勿老），将血竭末兑膏中熔化和匀即得。用时随疮型大小，剪新白布一块，将膏药摊上，临用时，每药一贴，可加麝香少许（如无麝香不加也可）。

#### (2) 拔毒膏

适应症：疮疖初起，红肿热痛。

药物：当归、白芷、木鳖子、穿山甲、羌活各 30 克，乳

香研细末 30 克，没药研细末 30 克，香油一市斤，黄丹 30 克。

制法和用法：将前五味先用香油煎枯去渣，滤清后，再熬至滴水成珠时，兑入黄丹、乳香和没药末，充分调匀，再摊涂在双层的桑皮纸上。使用时，微火将膏药化开，或用热水壶等将膏药化开，贴患处。

## 三十二、噙 化 疗 法

将药物含在口中，借口温噙化药物达到治疗目的的方法，叫作噙化疗法。

### 1. 硼砂噙法

适应症：主治咽喉肿痛。

药物：硼砂 3 克。

操作：将硼砂少许放口中，慢慢含化，将口水吐出。每日饭前连作三次。

### 2. 山豆根噙法

适应症：主治热毒上攻，舌根肿胀不能言语。

药物：山豆根 8 克，分作四份，每份两克。

操作：每次用山豆根一份噙在口中，使口腔涎水流出。

### 3. 黄柏噙法

适应症：主治咽喉肿痛，扁桃体肿大。

药物：川黄柏 6 克，分成三份用。

操作：每次用一份噙口中，口水多可吐出。

## 三十三、沐 浴 疗 法

把适合病情的药物，装进纱包，放入单人热水浴池，经过洗澡来驱除疾病，叫沐浴疗法。

## 1. 全身沐浴法

适应症：风湿性关节炎，腰腿关节痛。

药物：苍术 120 克，艾叶 400 克。

操作：将以上二味，装纱包裹，放进热水的单入浴池里，半小时后，调整浴池水温后，然后个人进去洗澡。最好先在温水池内洗完后，再进入药池去洗澡 20 分钟，每日一次，十日为一疗程。

又方：艾叶 300 克，装纱布包内放进热水浴池半小时后，可进入药池泡澡 20 分钟，每日一次。

又方：松木锯末 2 市斤，装纱布包内放进热水的浴池里，10 分钟后，进入药池泡澡 20 分钟。

## 2. 局部沐浴法

适应症：主治体癣（俗名钱疮）、头癣。

药物：大麻子、苦楝子各 60 克纱布包。

操作：煎沸 10 分钟，倒入脸盆洗发。

# 三十四、淋 射 疗 法

将药物的煎剂或冲剂，用不断淋射的方法，来治疗局部浮肿疼痛等症的一种外治疗法。

## 1. 当归淋射法

适应症：主治由疮疖病毒引起的上下肢肿痛等症（未溃破者）。

药物：当归 30 克，乳香 30 克。

操作：药物放砂锅内，兑入凉水 300 克，煎沸去渣，趁热将药水装在带细眼的新喷壶内，不断淋射患处。如接瓷盆，如果药水已凉，加热，再倒入小喷壶内，再继续淋射一番。每日可淋射二次共四番，每剂药可用两天。



## 2. 赤小豆淋射法

适应症：主治疗疮（淋巴管炎）疼痛难忍，及疖肿红肿热痛者。

药物：赤小豆 120 克，大黄 30 克。

操作：同上。

## 3. 薄荷叶淋射法

适应症：主治由疮疖感染而引起的下肢浮肿和疼痛等症。

药物：薄荷叶 120 克，白芷 120 克。

操作：同上。或用开水冲药代替煎剂。

## 4. 独活淋射法

适应症：因冻疮引起足部肿痛者。

药物：独活 60 克，干姜 30 克。

操作：同上。

## 5. 黄栀子淋射法

适应症：下肢扭伤肿痛。

药物：黄栀子 60 克，血竭 15 克（或以乳香代）。

操作：同上。

## 6. 白芨淋射法

适应症：主治疮痈溃疡疼痛不易收口者。

药物：白芨 60 克，松香 30 克。

操作：同上煎沸后装壶淋射，但已用过之药水，不要再，另加水重煎，继续再用。本剂药，可重煎三次，使用三天（冬季），夏天只能使用二天或一天。

# 三十五、发泡疗法

将带有刺激性的食物或药物，敷在皮肤上，使其发泡而

进行治疗的方法，叫做发泡疗法。

### 1. 大蒜泥发泡疗法

适应症：主治小儿发癣。

药物：大蒜 30 克。捣成泥，分四份。

操作：用纱布将一份大蒜泥包起，放在小儿头发长癣部位，轻揉二十多下后，即将另一份蒜泥敷上。外缠绷带（或外用敷料），二小时后，将纱布解开检查，如皮肤无泡，也无红肿情形，再敷第三份蒜泥。隔二小时后再检查一遍，如已红肿并有发泡，将纱布取下，涂上凡士林或黄柏膏（制法详后）。

### 2. 斑蝥油发泡疗法

适应症：主治小儿发癣（俗名钱疮、秃疮）。

药物：斑蝥 3 克，黄柏粉 3 克，菜子油（或其他植物油）60 克，调匀装瓶，二小时后再用。

操作：取药物 2 克，纱布包起，轻轻揉擦头上癣部二十多下，以发红为止。揉擦已毕，稍涂麻油，上盖敷料，二小时查看，如发癣部分已红肿发泡，即不要再擦。如果仅是微微发红，没有起泡，再依前法重取一块 2 克药物，仍用纱布包起，轻轻揉擦癣部二十余下，上盖敷料，如已红肿起泡，涂上黄柏膏，重换盖新敷料。

附：黄柏膏的制法：黄柏粉 6 克，猪油（或凡士林）30 克，共同调匀装瓶即成。每次根据患部面积大小使用。

按：黄柏膏具有消炎解毒止痛抗感染作用。当发泡已达目的，说明斑蝥或蒜泥等药力已起作用，应马上用黄柏膏保护皮肤，如果用凡士林或其他消炎膏也可，但其效果则不如黄柏膏。

上面介绍的两种发泡疗法，都治疗小儿发癣，对于刚得

不久的发癣，依法使用，有可能重新长出头发。但斑蝥刺激性很强，应装瓶中，在制作使用过程中，请医生指导。没用完的斑蝥，要放进玻璃瓶中塞紧瓶口，并且一定要放在妥当的地方。

## 三十六、塌渍疗法

用消毒好的新布、新毛巾或纱布等，蘸药水趁热渍患处，稍凉即换，这种方法叫做“塌渍”法。塌渍法，类似罨法，但不包扎。

### 1. 菊、薄荷塌渍法

适应症：主治疮疗肿痛属于阳症者。用之可达消肿止痛。但治疗期间，忌吃鱼虾。

药物：甘菊花 30 克，薄荷叶 30 克。

操作：将以上二味放小搪瓷盆中，滚开水冲泡 10 分钟，过滤，毛巾蘸敷患处，稍温再换，可用几条毛巾轮换使用。或作一纱布袋，开水冲后 10 分钟即可塌渍，这样可不必过滤了。

### 2. 大蓟塌渍法

适应症：主治跌扑摔伤，局部血肿作痛者。本法具有消肿散瘀，活血止痛。

药物：鲜大蓟 120 克（干者 60 克），黄栀子 120 克，黄酒 120 克。

操作：将大蓟和黄栀子放砂锅或搪瓷锅中，兑水五茶杯，煎开后再兑入黄酒，稍煎 1 分钟，过滤，用新毛巾 2 条轮流蘸药汁塌渍患处。

## 三十七、探吐疗法

用手指或其他东西，探触喉腔，使之发哕作呕而将食物

或痰涎等吐出者，叫作探吐疗法。

### 1. 手指探吐法

适应症：急救停食在上消化道，上不来，下不去者，或刚刚吃罢容易引起食物中毒的腐败性食物，快用此简易探吐之法。

注意：指甲要修整，手指要洗净消毒。

### 2. 韭菜叶探吐法

适应症：主治痰涎壅塞喉部，作为急救之用。

药物：生韭菜60克，白矾3克。

操作：先将生韭菜洗净，挑选长叶的扎一小束，直径约2公分粗，再将白矾放杯中，用凉开水冲化。探吐时，将韭菜蘸白矾水探触喉腔，使之大吐痰涎。

### 3. 鸡蛋清探吐法

适应症：同上1和上2。

药物：鸡蛋清一个。

操作：将消毒的鸡毛翎，蘸鸡蛋清探触喉咙，使之大吐。

### 4. 鹅翎毛探吐法

适应症：同前。

操作：将消毒过的鹅翎毛，在喉腔周围，不时搅动，使之作呕而吐。

## 三十八、吸 呃 疗 法

用口对着幼儿适当部位吸呃，用以治疗的方法叫作吸呃疗法。

1. 适应症 小儿大小便不通和肠痉挛（功能性的）。

2. 操作 先用温水漱口1分钟，然后用口先吸呃小儿前胸剑突上方心口窝处，及后背对着心口窝处，再吸呃对着



肚脐的后背之处，然后继续用温水漱口，再吸吮小儿的两手心和两脚心，每处要连续吸吮 2~3 分钟，全身共五处，即前后心，腰椎，两手心和两脚心。

如果吸吮地方，逐渐出现红润色，肠蠕动加强，肚子有咕噜响声，小儿大小便渐渐就可通顺了。

## 三十九、嗜鼻疗法

将药物研成细面，抹入鼻孔少许，通过鼻腔粘膜吸收，连续打喷嚏，叫作嗜鼻疗法。

### 1. 皂角末嗜鼻法

适应症：主治感冒鼻塞、头痛等症。

药物：皂角 6 克，冰片 1 克，共研细面，装瓷瓶储藏。

操作：每次用少许放鼻孔中，稍停即打喷嚏。

### 2. 半夏嗜鼻法

适应症：主治感受瘟疫，鼻塞头痛，并预防山岚瘴气。

药物：生半夏 3 克，冰片 1 克，雄黄 1 克，共研极细面，储瓷瓶中。

操作：同上。

### 3. 蟾酥嗜鼻法

适应症：主治中暑瘟疫，头痛鼻塞，急性痧症，以及中风倒地，牙关紧闭等症。

药物：蟾酥 2 克，梅片 2 克，雄黄 2 克，牛黄 1 克，细辛 3 克。

先将蟾酥捣研极细，再将其余四味捣研极细，调合一处储瓷瓶中。

操作：同上。孕妇忌用。

## 四十、截扎疗法

用棉线截扎住四肢某处，使之稳住病势，不使蔓延，并有一定治疗作用的方法，叫作截、扎疗法。

### 1. 截疗法

适应症：主治红线疔（淋巴管炎）。

操作：用棉线在患者上、下肢皮肤上显露的红线尽头处，缠绕数道，进行截扎，截住红线前进，不使毒势蔓延太快。

为了尽快消灭疔毒来势，可同时在结扎处，看准胳膊或腿上的红线尽头处，用消毒好的细三棱针，点刺放血，可使毒势大退。如疔毒来势很急而凶险者，可局部外涂猪胆汁，或其他药物配合治疗为宜。

### 2. 扎手指法

适应症：主治流鼻血。凡因感冒鼻腔干裂流出鼻血，或因生气动火情绪激动鼻孔突然流血者。

操作：用棉线在患者无名指根部，缠扎三四道，如患者左鼻孔流鼻血，则扎右手无名指根部，如右鼻孔出血，扎左手无名指根。如两鼻孔都流血不止，则同时结扎两手无名指根部，扎时不要用力，轻轻缠扎即可。

### 3. 扎足趾法

适应症：流鼻血兼高血压者。

操作：如患者流鼻血，一时难以止住时，除了先用消毒棉球先将鼻孔堵塞外，急速用棉线将患者第四脚趾的根部，轻轻缠绕三道扎住，要松松缠绕，不要用力，鼻血很快可以止住。

## 四十一、坐药疗法

坐药法又叫坐导法，主要用于妇科患者。

### 1. 吴茱萸坐药法

适应症：主治痛经及妇女子宫寒冷者。

药物：吴茱萸9克，当归9克，干姜3克，共研极细面。

操作：用薄软绸布，或细软花布，缝一、二寸左右长的绢袋一个将药面装入，一头留一根长线，另一头纳入患者阴道内。

### 2. 枯矾坐药法

适应症：主治妇女阴道内经常湿痒，或久坐湿地而引起白带者。

药物：枯矾3克，研细面。药棉球二个。

操作：将枯矾末分装在两个药棉球里。每个棉球装入枯矾末1.5克，外用细线将棉球缠牢，外留5寸长的线头。

用时，患者将药棉球送入阴道里，隔两天后，轻拉线头将棉球取下，再换一个新棉球。一般连换二个，病情会有一定好转。

### 3. 蛇床子坐药法

适应症：同上。

药物：蛇床子、枯矾、百部各3克。共研细面。

操作：同上。一日用一个药棉球，次日重换新棉球。

### 4. 香附坐药法

适应症：主治妇女白带。

药物：香附6克，小茴香3克，枯矾3克，共研细面。

操作：同上。

按：上面介绍几个坐药方，虽属外治，也当谨慎细心使用，必要时应请专科医生治疗。所用药物，除枯矾外，均应蒸沸15分钟消毒再用。

## 四十二、拍 打 疗 法

用手拍打（或涂上姜、酒、药等）患者局部肌肉肿痛处，叫作拍打疗法。

### 1. 手拍打法

适应症：痧症，或作痧症之预诊法。

操作：先用温水洗净右手，或双手，在患者之两臂弯，轻轻用力拍打，以每秒钟四下的速度进行，一次连续拍40下，如果拍打后两臂弯一片红润，没有暗紫色的痧痕，即不是痧症，可作为预诊之用。如果已有痧痕，再连续拍打两腿弯，第七颈椎，前胸后背，小腿肚，每处拍40下。

### 2. 姜水拍打法

适应症：主治感受风寒，四肢发冷头痛及全身骨节疼痛者。

药物：干姜15克，开水冲泡15分钟。

操作：双手蘸些热姜水，在患者第七颈椎，腰椎部，两腿弯，两腿小肚子腓肠肌部拍打。

### 3. 白酒拍打法

适应症：痧症，腿肚转筋，或因受风寒而引起的脖颈及上下肢疼痛症。

药物：白酒60克。

操作：将白酒炖热，倒在干净搪瓷碗中，用手蘸热白酒，拍打患者大椎骨（第七颈椎）的上下左右各处，再拍打两臂，两腿弯的大静脉处，及脊椎两旁。每处拍打20~40

下，以拍打到红晕为止，手劲要轻重偕调，停三小时后，再依前法，用白酒拍打一次。

#### **4. 苍术拍(拍)打法**

适应症：风湿性关节炎。

药物：苍术 30 克，艾叶 60 克。浓煎四杯。

操作：腰椎两旁，两膝上下。四处，每处用两手蘸苍术水，趁热拍打 100 下，四处共 400 下。以拍打之处皮肤见到红润，患者疼痛减轻，即为有效。

## **四十三、浸泡疗法**

将手或脚，放在水里浸泡不动，达到退肿、止痒、消炎，叫浸泡疗法。

#### **1. 黄酒浸泡法**

适应症：预防冻疮。

药物：黄酒四市两，姜汁一市两（鲜姜二市两兑水一市两榨取汁）。

操作：将以上二味，用开水冲半搪瓷盆，俟水温不太烫时，将手或脚放在搪瓷盆中，每晚临睡前浸泡 15 分钟，浸泡完后，涂点凡士林油膏，两手快速搓热，如两手都有病，可自己单手轮换搓摩皮肤使之发热。

#### **2. 艾叶浸泡法**

适应症：急性或慢性足踝关节炎。

药物：艾叶一市斤，装纱包。

操作：将艾叶放搪瓷盆中，用开水冲，五分钟后水温不烫时，进行浸泡 15 分钟。日两次。

#### **3. 芭蕉汁浸泡法**

适应症：主治鹅掌风。

**药物：**鲜芭蕉半斤捣，黄酒四市两。

**操作：**将黄酒炖热，冲鲜芭蕉，稍兑开水二茶杯，倒在搪瓷盆中，将双手浸泡在水里15分钟，浸泡完了，马上将两手掌内涂点动物油，在火上微烤10分钟，每日作二次。

又方，适应症同上。

**药物：**陈醋半斤，核桃仁二市两捣成泥。

**操作：**先将陈醋烧开，倒瓷盆中，趁热度合适，将两手放盆中浸泡10分钟后，用毛巾拭净两手，马上将核桃泥涂在两手掌内，趁热，自己紧搓两手心，搓得越热越好。每晚作一次。

## 四十四、敷 法

在皮肤上面放上药物或其他东西，以达到退热，解毒，消肿，止痛等作用，叫敷法。

### 1. 热水敷

**适应症：**虚火牙痛，感冒头痛，手脚冻伤。

**工具：**新毛巾一条，白开水半脸盆。

**操作：**用新毛巾蘸热水拧干敷患处。连敷数次，可以消炎止痛。

### 2. 冷水敷

**适应症：**鼻子流血（敷前额），中暑头痛头晕（敷前额、大椎及两太阳）。

**工具：**新毛巾一条，新汲的井水半搪瓷盆。

**操作：**同上。

### 3. 醋敷

**适应症：**摔伤或扭伤瘀血作痛者。

**药物：**陈醋市秤半斤，炖热用。

操作：新毛巾蘸热醋敷患处，一日敷2~3次，每次10分钟。

又方：妇女奶痛，陈醋加大黄粉，木香粉敷。

#### 4. 黄酒敷

适应症：主治挫伤、扭伤或摔伤而关节肌腱疼痛。

药物：黄酒半斤，黄栀子粉18克，生乳香60克。

操作：将以上三味合匀敷患处。

#### 5. 桂元核粉敷

适应症：刀伤出血不止。

药物：桂元核去黑皮半斤，研极细，黄柏粉120克。

操作：以上二味合匀敷伤处。

#### 6. 绿豆粉敷

适宜症：小儿黄水疮。

药物：绿豆粉30克，枯矾15克，松香粉30克，共研细粉。

操作：同上。

#### 7. 连翘粉敷

适应症：小儿疳腮。

药物：连翘粉60克，大黄粉60克，黄酒120克。

操作：将以上三味合匀敷小孩腮部。如药粉等已干，可适当兑入点白开水，稀稠合适。

#### 8. 附子饼敷

适应症：主治眼痛、头痛或小儿囟门肿痛等症。

药物：附子30克，黄柏30克，共研细。

操作：将以上二味合匀，稍对水捏成两个饼，分贴敷两足心即可。

## 四十五、擦 法

利用葱、菜等在人体一定部位，进行搓擦来治疗疾病的方法，叫做擦法。

### 1. 香菜汁擦法

适应症：适用于儿童发疹较慢，麻疹出得不透，或刚发出又不见，为了预防热毒内陷，转成危症，可使用香菜汁擦法。擦后，如果小儿热退，身上见汗，或者疹子已陆续出来，热退神爽，就是对症，如果连续擦过二次后，疹子仍不见，应该马上送医院诊治，防止并发肺炎等病。

药物：鲜香菜半市斤，热黄酒二市两。

操作：将鲜香菜冲洗干净，放在干净的石臼里，连根带叶捣烂，用纱布包好拧出汁，放在干净杯中，兑入热黄酒。用新毛巾或消毒纱布蘸香菜汁轻擦小孩鼻翼（即鼻梁两旁），两额太阳穴，第七颈椎，两肘弯，两腿弯，两手心，两脚心和尾椎骨两旁。每处搓擦20~40下，擦时，力量要均匀，轻重要合适。

### 2. 葱汁擦法

适应症：主治感冒，流感，着凉闭住汗和发热时，都可使用。

药物：大葱白四市两，薄荷叶6克，黄酒四市两炖热。

操作：将大葱白放在干净的石臼里，兑温开水二大勺。捣取汁，倒入干净大茶杯中，加入薄荷叶，用炖好热黄酒冲入搅匀，用干净纱包或柔软绸布进行擦法。擦的部位同上。外加前后胸肋骨间隙。

### 3. 鸡蛋清擦法

适应症：主治羊毛疹（又名羊毛疔）。羊毛疹属中医的



病名，是一种凶险的儿科温疫症，小儿患此症者较多。症状是：开始头痛，有点象伤寒，轻则先寒后热，重则昏迷不醒，出现中枢神经中毒症状。仔细检查，在患者心窝（剑突上方），及背后胸椎两旁，有小红点类似的疹子，多半是这种病。

药物：鸡蛋一枚，乔麦面（豆面，绿豆面也可），二市两，黄酒二市两炖热。

操作：先将鸡蛋搅拌二百下左右，再将乔麦面、黄酒（炖热即可不要开滚），加在一起调匀，调成软硬合适的面团一块。

使用时，将蛋清面团在患者心窝上下、胸椎两旁、或肚脐周围每处滚擦约 3~5 分钟，可剥开面团看看，如面团里发现有类似羊毛一类东西（如灰白色，红色，紫色，红黑色等），便是对症。

#### 4. 葱涎擦法

适应症：凡小儿感冒风寒，发热咳嗽，或消化不良，或麻疹未出齐时，均适用之。

药物：鲜大葱涎，大葱切开流出之涎，放茶杯中约四市两。香油半市两。

操作：右手蘸些葱涎油，轻轻擦摩小儿头、面、项背、手心、脚心等处，每处轻擦 60 下。

#### 5. 生姜半夏擦法

适应症：主治脱发症。对于斑秃，或因大病之后头发脱落较重者，或者头发生长过于迟慢的，依法使用一个时期，大约二周左右，可陆续有新发生出。

药物：生姜 9 克捣烂，生半夏 1.5 克研细粉。

操作：先用热肥皂水洗净头发，再用纱布包好生姜擦摩

头发2分钟，稍停，再擦摩2分钟。然后用生半夏粉对适量的香油擦之。

### 6. 蛋擦法

适应症：伤寒发斑，小儿麻疹出得不透。或闭汗不出者皆可使用。

药物：煮熟的鸡蛋一个去皮。

操作：将煮熟的鸡蛋趁热滚擦如下各处：前后胸肋骨间隙；第七颈椎周围；肝区和脾区；肚脐周围；两臂弯，两腿弯；两手心和两脚心。

按：蛋擦法，类似中医的刮痧和儿科的推拿法，主要用于儿科。

## 四十六、涂 法

用药汁、菜汁、药膏，动、植物油和药物等，在皮肤表面薄薄地涂上一层，以达到治疗目的，叫做涂法。

### 1. 姜汁涂法

适应症：主治因感冒而引起的偏头痛或头痛。

药物：鲜姜、大葱白，市秤各二两，生萝卜半斤（青萝卜），洗净，放干净瓷钵中，兑凉白开水二勺捣烂取汁。

操作：用药棉球蘸汁涂两太阳穴，或前额部，或头部疼痛部位。

### 2. 葱、蜜涂法

适应症：主治疗毒瘰疬，或毒疮恶疔，尚未溃破者，俱可使用，未熟能消，已熟能使其缩小脓肿和脓头，促其早日痊愈。

药物：鲜大葱四市两，蜂蜜一两。

操作：将大葱冲洗干净，放瓷钵中，兑入凉开水一小

勺，捣成葱泥，倒入干净杯中，与蜂蜜合匀，调涂患处。夏季过夜之药不要用。

### 3. 韭菜汁涂法

适应症：主治漆中毒。

药物：鲜韭菜半斤，冲洗干净，放进粗瓷钵里，兑凉开水二勺同捣取汁。

操作：将韭菜汁用新毛笔（煮沸消毒），涂患处。

### 4. 雄黄涂法

适应症：主治黄水疮。

药物：雄黄 30 克，菜子油二市两。

操作：将以上二味调匀涂患处。

### 5. 苦蕒菜汁涂法

适应症：颈淋巴结核之未破者。

药物：野生鲜苦蕒菜一市斤。净洗干净。

操作：将鲜苦蕒菜放干净石臼中，兑凉开水二大勺，捣取汁，用新毛笔蘸涂颈部患处。

### 6. 醋膏涂法

适应症：同上。

药物：陈醋一斤，慢火熬成稀膏。

操作：将醋膏加热，涂在患处及其周围。醋膏加热不要用铝锅，以防腐蚀。

### 7. 蚕豆壳灰涂法

适应症：主治黄水疮。

药物：生蚕豆壳半斤，火炒研成细粉，菜子油二市两。

操作：将以上二味调匀涂患处。

### 8. 豆浆涂法

适应症：主治轻微的烫伤（1 度烫伤）。

药物：生豆浆一斤熬稠。

操作：涂烫伤处。

### 9. 蓖麻子油涂法

适应症：主治烫伤较重（2度烫伤）。

药物：蓖麻子油四市两，黄柏粉一两（蒸20分钟消毒可装铝合里）进行消毒。

操作：将以上二味和匀装瓶中（瓶与毛笔事先消毒好）每次用毛笔蘸涂烫伤处。

### 10. 大黄油涂法

适应症：主治烫伤较重（2度烫伤）。

药物：川大黄60克，香油四市两，微火炖热。俟香油有浓厚苦味即成，微火炖约30分钟。

操作：同上。

### 11. 石灰香油涂法

适应症：主治烫伤较重者。

药物：洁白生石灰60克，凉开水二茶杯，香油3市两。

制法：将生石灰放进小搪瓷盆中，将两杯水倒进，用竹筷不停搅拌，待石灰沉淀，用消毒过的压舌板，或新竹筷，将瓷盆石灰水浮起的一层薄石灰皮取出放干净大口瓶中，再搅再取，再取再搅，连取二十次。最后将此石灰皮和香油再同搅，越搅越稠，装进瓶中备用。

操作：同上。

### 12. 獾油涂法

适应症：主治烫伤面积大者。

药物：真正新獾油（一年以内者）四市两（200克）。川连粉15克，过罗筛选极细者。调匀装瓶。

操作：临用时，将獾油与黄连粉重新搅匀，仍用消毒过

的干净毛笔，蘸涂烫伤处及其周围，一日涂二次。

## 四十七、洗 法

将煎得之药水过滤，洗局部患处，叫作洗法。

### 1. 蒲公英洗法

适应症：暴火眼（结膜炎）及经常视物不明，迎风流泪等症。

药物：鲜蒲公英60克（干者30克）。

操作：将蒲公英放搪瓷锅中，兑水三杯，煎取二杯，过滤，用消毒棉花蘸药水洗眼。

### 2. 霜桑叶洗法

适应症：同上。

药物：霜桑叶30克。

操作：同上。

### 3. 黄连水洗法

适应症：同上。

药物：川黄连3克，红枣肉一枚，冰片1克研成细粉。

操作：先将冰片粉，装在红枣肉内，用棉线缠枣肉。再将黄连放在干净茶杯中，开水冲泡10分钟，此时，将装冰片的红枣肉，用长针挑起，在酒精灯或蜡烛的火焰上燃烧之，俟枣肉冒出冰片之气味，冰片已气化，迅速将枣肉之气体冲向黄连水杯，再烧燃之气体仍冲向黄连水杯，等到冰片化完，将此枣肉放在黄连水杯中停半小时后，过滤，装进新瓶，用棉球蘸水洗眼。每日可连洗数次。

### 4. 白矾水洗法

适应症：主治脚汗症。

药物：白矾15克。

操作：兑水四碗，约1000cc，煎沸后，俟水温合适，洗足。

### 5. 艾葱水洗法

适应症：受风寒引起的关节筋骨疼痛症。

药物：艾叶半市斤，大葱半市斤。

操作：将以上二味，布包，放搪瓷盆，兑水四大碗，煎沸后，新毛巾勤洗患处。

## 四十八、蒸 法

利用药物蒸发的气体，借其轻清氤氲之气，直透腠理，达到治疗目的，这种方法叫作蒸法。蒸法分全身和局部蒸法。

### 1. 全身蒸法

适应症：主治风湿性关节炎。

药物：秦艽、防风、苍术各60克。

操作：将以上药物，倒搪瓷盆内，兑水六大碗，煮沸后，将盆离火，趁热气上腾时，盆上放一横木板，患者坐木板上，用布围住全身，露出头面，进行熏蒸。

又法：主治同上。

药物：威灵仙、生甘草各市秤半斤。

操作：将以上二味兑水一大瓷盆，倒入水缸内，缸内放一小凳，凳高过水，患者坐凳上，露出头，用布围住全身，让药气徐徐熏蒸。

### 2. 局部蒸法

适应症：主治手脚挫伤。

药物松木锯末一市斤，陈醋一市斤。

操作：以上二味，兑水四大碗放搪瓷盆中，煮沸离火，

将患者之手或脚放在瓷盆中，离水约3寸高，上覆毛巾，不使热气外透，进行熏蒸。

又法：主治同上。

药物：羌活、透骨草、连翘各30克。

操作：同上。

## 四十九、熏 法

利用燃烧物体的烟火气，在皮肤或患部熏治，叫做熏法。熏法分全身熏和局部熏两种。

### 1. 全身熏法

适应症：荨麻疹。

操作：将谷草十斤燃着，令患者穿好汗衫短裤，在火焰旁边，轻跳一百下，火焰不旺时，再续一、二斤，一日熏一次，经过熏跳，能轻微见汗为好。可连熏2~3日。

### 2. 局部熏法

适应症：疥疮。

药物：大枫子仁30克，核桃仁30克，旱烟叶15克，硫磺粉3克。

操作：先将大枫子仁、核桃仁捣烂，与硫磺粉合匀，涂两手生疥处，另外将烟叶放泥盆中燃起另冒烟，将长疥之手对准烟熏之，手要反复活动，每日早晚各熏一次，每次5~10分钟。

此外，还有使用艾叶熏顽癣，百部根熏衣虱，以及用苍术熏神经性皮炎等法，这些都属于局部熏法。

## 五十、围 法

围法又叫圈法，类似敷法而不是敷。敷法是在患处满满

地敷上，是整个的，围法则是围在患处周围，中间空出不敷。是使肿毒收敛不散，保护机体，便于治疗的方法，也是我国传统的治疗外科疮疡的巧妙外治疗法。

### 1. 鸡蛋清围法

适应症：主治痈疽初起。毒势蔓延前。

药物：鸡蛋清一个，白芷粉60克，陈醋60克。

操作：将以上三味，兑匀捏成长条，围在患处周围，将疮孔留出。

### 2. 赤小豆围法

适应症：同上。

药物：赤小豆粉60克，天花粉研粉60克，陈醋市秤四两。

操作：将以上三味调匀捏成长条，围在患处四周，要将疮孔留出。

### 3. 马齿苋围法

适应症：同上。

药物：鲜马齿苋市秤半斤，绿豆面二两。

操作：将以上二味捣烂调匀，捏成长条，围在患处周围，将疮孔留出。

### 4. 木芙蓉围法

适应症：主治疮疖，无名肿毒。依法处理，初起易消，已成易使脓聚，不致毒势蔓延，已溃用之，容易生肌长肉。

药物：木芙蓉（花、叶、根冲洗干净）市秤四两，研细粉，赤小豆粉市秤二两，蜂蜜市秤二两。

操作：将木芙蓉与赤小豆粉和匀，再调入蜂蜜，用力搅拌，粘稠合适时，捏成长条，围在疮疖四周围，中间留疮孔，如果药圈干燥，则更换一圈。



按：围法对于初起之疮疡，有很快消失能力，其已化脓成熟之疮疡，可在疮口上扣火罐，吸拔脓液，很快能脓消痛止。如果疮毒，来势不大，使用围法，尤为应手。

## 五十一、掺 法

将防腐消炎的药粉撒在溃疡的地方，促进愈合，叫做掺法。

### 1. 鸡内金粉掺法

适应症：主治小儿口腔溃疡。

药物：生鸡内金 15 克，烧灰研成细粉，冰片 2 克，研细共同合匀装瓶备用。

操作：取药粉 2 克，撒在患处。

### 2. 白芨掺法

适应症：主治小儿口腔炎，小儿鹅口疮。

药物：白芨粉 15 克，黄连粉 9 克，冰片 2 克，共研细粉装瓶。

操作：取药粉 2 克，分撒在口腔溃疡处。

### 3. 青黛掺法

适应症：小儿口舌生疮

药物：净青黛 15 克，黄柏 15 克。共研细。

操作：取药粉 2 克，分撒在口舌生疮处，每日撒两次。

## 五十二、封 法

封法类似敷法，但是，它在上药后，不但要扎紧，而且必须经过一个较长时期才能揭开，这种方法叫做封法。

### 1. 苏木封法

适应症：主治摔伤或刀伤出血者。

药物：苏木四市两，研细粉。

操作：将苏木粉撒在患处周围封之，外缠纱布。

## 2. 煅石膏封法

适应症：治外伤出血。

药物：煅石膏 60 克，生乳香 30 克。

操作：将以上二味拌匀封患处。

## 3. 三七粉封法

适应症：同上。

药物：广三七粉 30 克，黄柏粉 30 克。

操作：将以上二味拌匀封患处。

# 五十三、点 法

点法类似涂法，不过涂法面积大，点法面积小。

## 1. 点大眼角法

适应症：主治时疫、瘟疫、疹症。凡中暑、食物中毒引起的急诊，均可应用点眼以治疗，无病时可点眼以预防。因而本法系急救法之一。

药物：雄黄、冰片、朱砂、麝香各 1.5 克，焰硝 3 克。  
共研极细粉，装瓷瓶。

操作：每次用少许，点两大眼角里（即内眼角里）。

## 2. 炉甘石点眼法

适应症：主治暴火眼（急性结膜炎），烂眼边（睑缘炎），红肿作痛，迎风流泪，怕光怕风，及刚得的翳翳遮睛（翼状胬肉）等疾。

药物：荸荠粉、炉甘石各 12 克，梅片 2 克，青鱼胆二个。将胆汁倒出放瓷杯中。

操作：先将炉甘石研极细粉，放新瓷碗中，倒入凉白开，

不住搅动，随搅随将浮在水上的一层太细的炉甘石，取出放在干净瓷钵里，等水分蒸发干了，连同其余二味共同研极细，最后调入青鱼胆汁，制成细药条，装在消毒过的鹅翎管内，再装瓷瓶，每次取一条作点眼角用。

### 3. 人乳点眼法

适应症：翼状胬肉。

药物：人乳 10 克，川连水 30 克（川连 2 克，开水 30 克煎沸过滤）。

操作：人乳与川连水调匀装眼药水瓶里，每日点眼 6 次。夏季，人乳与川连水，每晚煮开后第二日方可再用，以防变质。

### 4. 点痣法

适应症：点痣用

药物：糯米粉 6 克，石灰面 2 克。

操作：将以上二味调匀，少兑温水，如浆糊状。每次用如小米大小一点，点在局部上。但愈后留有疤痕，所以在面部的痣应考虑慎重应用。

## 五十四、滴 法

滴法类似点法，所不同者，点法用药粉、药棍等，而滴法纯系用药水滴在局部。

### 1. 黄连水滴法

适应症：主治慢性鼻炎。鼻腔流黄水。

药物：川黄连 3 克，苍耳子 3 克。

操作：煎药水半茶杯，过滤两遍，装进煮沸消毒过的空眼药水滴瓶中，每天以此药水滴鼻腔，一日 6 次以上。

### 2. 韭菜汁滴法

适应症：主治着凉重感冒后引起发黄症（胆管阻塞）。

药物：鲜韭菜根四市两，冲洗干净。

操作：将韭菜根兑入一小勺凉白开水，一同放在石臼中捣取汁，将韭菜汁装入干净的眼药水滴瓶中，每次滴入鼻腔3滴，一日连滴3~6次，待鼻中流出黄水，病势渐愈。

### 3. 葱汁滴法

适应症：流感引起的鼻塞不通。

操作：同上法将大葱汁滴两鼻孔中。

## 五十五、塞 法

用药粉与棉球一起，塞住耳窍等处的方法，叫做塞法。

### 1. 枯矾塞法

适应症：主治聾耳。

药物：枯矾3克，黄连3克，香油半市两。

操作：共研细粉，香油调匀，包在药棉球里，塞在耳朵内。

### 2. 黑矾塞法

适应症：主治因受瘟疫而得的急性头疼。

药物：黑矾6克，用火微煨，研成细粉。

操作：将黑矾粉塞进病人的鼻腔。左侧头痛，塞左鼻孔；右侧头痛，塞右侧鼻孔。

### 3. 芥菜子塞法

适应症：两耳暴聋

药物：芥菜子30克，捣成碎末，分装棉球。

操作：将装有芥菜的棉球，每晚睡觉前，分塞两耳，次晨更换新的芥菜子棉球。

## 五十六、吹 法

将药研成细粉，吹到患处，用以消炎止痛，叫做吹法。

### 1. 吹耳法

适应症：主治聾耳，即耳流黄水者。

药物：鲜黄花鱼的鱼鲃石 10 块（即黄花鱼头上带有三棱形的小石头，每条鱼有两块），冰片 1 克，共研极细粉。

操作：将药粉少许，放在细竹管一头，或放在细纸卷的一头，将有药的一头，对准耳孔，轻轻吹进耳内。

### 2. 吹鼻法一

适应症：主治流鼻血。

药物：蒲黄粉 6 克，炒黑研成细粉。

操作：将蒲黄粉同上法用细竹管吹入鼻腔。或用喝汽水的蜡纸棍代替竹管也可。

### 3. 吹鼻法二

适应症：主治急性鼻窦炎，鼻腔经常流粘液流黄水。

药物：苍耳子 9 克，辛夷 3 克，冰片 1 克，共研极细粉。

操作：同上用细竹管，将药粉吹入鼻腔。

### 4. 吹喉法

适应症：主治咽喉炎，红肿而痛，或扁桃体炎。

药物：硼砂 3 克，胆矾 3 克，冰片 1 克。

操作：以上三味共研细粉，每次用少许同前法吹入喉头。

又法

适应症：同上。

药物：西瓜霜或用黄瓜霜。

操作：同上。

附:

西瓜霜和黄瓜霜为治喉腔肿痛和喉蛾的要药,制作方便。

(一) 西瓜霜制法: 将西瓜切开小盖,挖去瓢装满皮硝,仍将西瓜盖上,上用竹签插定,再找同瓜大小的黄泥钵两个,将西瓜松装入钵内,钵口盖严,外用牛皮纸和泥将钵口封固,放于阴凉处,过数日钵外即吐白霜,用竹片将霜刮下,随刮随生,直到钵外无霜为度。将霜妥当收藏在瓷瓶里,塞紧。每次取少许用之。

(二) 黄瓜霜制法: 选择老黄瓜一条,切开黄瓜头,挖去瓢,用皮硝装满,将黄瓜头用竹签插定,将黄瓜用绳缚好挂在屋檐下阴凉处,勿令见太阳,待黄瓜外面出现白霜,即将霜刮下。黄瓜霜 3 克,兑入梅片 1 克(研粉兑入)合匀,装瓷瓶内,将瓶口塞严备用。每用少许吹患处,可以止痛消肿。

注意: 以上介绍的西瓜霜和黄瓜霜,实火喉痛者可用;阴虚(虚火)喉痛者,则不可用。

## 五十七、导 法

导法是用通导大便和小便的一种外治疗法。

### 1. 菜根导法

适应症: 主治便秘,或高热后直肠粪便干硬而秘结较重者。

药物: 选择柔软的黄瓜根,长约 16 公分、粗约 1.5 公分者一条。

操作: 将黄瓜根冲洗干净,开水烫使柔软,将外皮削成光滑,装胶囊里,或胶手套的中指里(胶手套要预先煮沸消毒),外涂凡士林,或涂猪胆汁,缓缓送入肛门里,停约半

小时，再将黄瓜取出，大便可顺利而下。

按：本法导便，方便有效，如冬季找不到鲜黄瓜，可找粗细合乎规格的酱黄瓜泡净，开水烫软，同上装进胶囊，效果一样。

## 2. 猪胆汁导法

适应症：主治大便秘结，伤寒后热结大肠大便数日不通者，以及病久体虚不任用泻药者。

药物：鲜猪胆汁 30 克，兑温开水 30 克，倒入开水烫过的搪瓷缸里，新竹筷搅动均匀。

操作：将调稀的猪胆汁，吸进 50cc. 的注射器里，器口涂以凡士林，缓缓将猪胆汁推进直肠，拔出注射器，肛门塞以消毒棉球，以防漏出，让病人卧床半小时后，大便可能通下。如果大便未动，再继续推进胆汁 50cc.。

按：医药公司，有专门灌送肥皂水用的工具叫“大圆球”，系软胶作的，方便实用，可以试用。过去民间猪胆汁导法，是将猪胆汁灌进小肠，再将小肠一头扎紧防漏，一头松扎送入肛门，再用手挤压胆汁，推进直肠。此法不易消毒，小肠也不好找，使用比较麻烦，可改用注射器和“大圆球”。

## 3. 葱汁导法

适应症：主治小便不通（反射性的尿潴留，或神经性的尿潴留）。

药物：鲜葱涕 3 克，葱心三个用开水一过。

操作：将葱心削一个尖头，蘸满葱涕，对准尿道口往里挤压，大约 10 分钟左右，小便可见，换一新葱心重蘸葱涕，再照前法续作一次。小便可能通顺。

## 五十八、扑 法

将去湿止痒消炎解毒之药，扑遍患处来治疗疾病，叫做扑法。

### 1. 苦参粉扑法

适应症：湿疹渗液多而刺痒者。

药物：苦参 60 克，白鲜皮 30 克，冰片 3 克。以上三味研成细粉装瓶。冰片容易挥发，最后加研，装瓶。

操作：准备新粉扑，蘸以上药粉，扑匀患者皮肤出水糜烂的刺痒处。

### 2. 白芨粉扑法

适应症：主治婴儿出生后身上无皮者。

药物：白芨粉 60 克，冰片 6 克。

操作：用新“粉扑”蘸白芨粉等，扑婴儿皮肤。每日可扑 2~3 次。

### 3. 米粉扑法

适应症：同上。

药物：白江米 4 市两，捣细粉，兑冰片 3 克研细，调合一起装瓶。

操作：同上。

## 五十九、贴 法

用药物或某些东西，贴在患者局部，达到退肿消炎解毒作用，叫做贴法。

### 1. 贴豆腐法

适应症：主治未破头的疮疖。

药物：热豆腐二市斤（刚出锅的较好。凉豆腐在砂锅里



煮熟也可。切厚片备用)。

操作：将热豆腐片，贴在患处。

按：豆腐片，一定要用刚刚煮过的热豆腐，能有刚作出锅的热豆腐，效果更高。

## 2. 贴猪肉法

适应症：主治红肿高大之疮疡及发背（背痈）。

药物：肥猪肉一斤，凉开水洗净，切大片二十片。约半市两一大片。

操作：准备凉开水两搪瓷盘，将肥猪肉片放入冷水中，稍蘸即取出贴背后疮上，如猪肉已热，则换贴另一大片，可轮流贴用。

按：贴猪肉法，对于红肿高大热可炙手的外科阳痈毒盛者可用，不要用于阴疽。

## 3. 贴玉簪叶法

适应症：主治夏天脚气严重，足趾肿痛不得屈伸者。

药物：鲜玉簪花的叶子三片。

操作：临睡前将玉簪的大叶子一片遍贴足背足趾肿胀处，外穿松线袜。或用纱布将叶子把肿患处包起。

一夜之间，可使足趾黄水布满叶子。同时痛止肿消，一般连贴三日可望治好。

按：贴玉簪叶法，系得之家传，应用多年效果显著。玉簪叶，具有退肿去湿消炎解毒，其叶子大如烟叶，北京五六月间多有种者。

## 4. 贴荸荠法

适应症：主治脚鸡眼。

药物：鲜荸荠半斤，洗净去皮捣成泥。

操作：温水泡脚 10 分钟，将荠泥贴鸡眼。

## 5. 贴鸭蛋子仁法

适应症：同上

药物：鸭蛋子仁 20 粒，捣烂装瓶。

操作：温水泡脚拭净，鸭蛋子仁贴鸡眼上。

# 六十、刷 法

刷法与扫法略异，扫法力要轻，刷法力要重，刷法多用于皮肤科中某些皮肤病等。

## 1. 姜汁刷法

适应症：主治病后不长头发，或脱发症。（脂溢性皮炎）

药物：鲜姜 30 克，榨出汁。

操作：将软毛刷消毒完毕，然后蘸姜汁刷头部脱发处。

## 2. 骨碎补刷法

适应症：同上。

药物：骨碎补 60 克，野蔷薇嫩枝 60 克。

操作：兑水三茶杯，煎取一杯装瓶，每日晚饭后，将药温热刷头上。

## 3. 斑蝥酒刷法

适应症：主治发癣。

药物：斑蝥 1 克，白酒 60 克，浸放瓶中。

操作：将小毛刷蘸药酒，刷头上长癣处。

注意：斑蝥酒如未用完，放瓶中，放在妥善地方。

# 六十一、扫 法

将适合病情的药汁或药粉等，用干净的鸡毛，轻轻扫在患处叫作扫法。

## 1. 猪胆汁扫法

适应症：主治面上生疔，或手足生疔。

药物：鲜猪胆一个，将胆汁倒干净放杯中。

操作：用干净鸡毛翎蘸胆汁扫患处。

## 2. 大黄猪胆汁扫法

适应症：伤寒病，身上长斑如锦纹，而且一处一处多呈现紫黑色，这是热毒极盛之症。可用此法。

药物：大黄粉 15 克，鲜猪胆二个，青黛面 15 克，芒硝 15 克研细，共合匀，兑入热黄酒 60 克。

操作：用干净鸡毛翎蘸药汁扫患者身上黑紫处。

按：伤寒严重期，为了防止中毒性心肌炎，或回肠有溃疡病变，或并发肠出血和肠穿孔，应将患者转院治疗，不要犹豫误事，因此大黄猪胆汁扫法，仅作参考。或在有医生指导之下应用，方为妥当。

# 六十二、罨 包 法

将药放在患处，加以包扎者，叫作罨包法。其中分为干罨和湿罨二种。如将药粉干撒在创口上者叫干罨，如果药水浸布包上，叫湿罨。

## 1. 蚕茧灰干罨法

适应症：婴儿烂脐带。

药物：蚕茧十个烧成灰，分多次用。

操作：将蚕茧灰敷脐上，外加敷料包扎。

按：蚕茧以家蚕较好，颜色不拘，如没有蚕茧，可烧白丝棉灰，敷料盖脐包扎起来。

## 2. 黄连水湿罨法

适应症：暴火眼（结膜炎），红肿疼痛。

药物：黄连 6 克。

操作：将黄连放于瓷钵中，开水冲取二茶杯，再用消毒纱布蘸黄连水趁湿湿敷患眼，外用蜡纸或敷料进行包扎。

### 3. 蒸包外治法

适应症：主治摔伤、扭伤、肌肉疼痛者。

药物：当归、羌活、乳香、没药、各 60 克，研细粉，黄酒一斤。

操作：将药粉分装在 4 寸宽 6 寸长两个布包里，上锅蒸约 10 分钟，取出包外涂黄酒，趁热敷患处，每日早、午、晚各一次。

### 4. 冰囊外治法

适应症：高热、前胸痛，头痛欲裂，或流鼻血不止者。

操作：用细布做成 4×6 长的布包二个，内装冰块，分敷前胸与前额。

## 六十三、动物外治法

利用某种动物吸吮疮疖能达到减轻患者疮疖热毒的治疗效果，这种方法，叫做动物外治法。

### 1. 蟾蜍吸毒法

适应症：毒疮恶疔病情较重者。

药物：活蟾蜍（即癞蛤蟆）五个。

操作：将活蟾蜍一个，用线绳系着它的腿，放在疮上。过 2 小时左右，蟾蜍多半容易昏迷了，可将此蟾放在水中，再换一个，同前法仍放在疮上。如这个蟾仍又昏迷，说明毒势仍盛，再换一个。直到取下的蟾蜍活泼如常，则是疮毒已尽。

### 2. 水蛭吸毒法

适应症：同上。

药物：活水蛭（马螭）十条。

操作：将患者的疮处，用温开水洗净，水蛭一条放在大小合适的竹筒里，将竹筒扣合在疮上，水蛭则吸在疮面附近，一会儿，水蛭吸满血液会自动掉下，依法再用竹筒放上一个水蛭，连用数次，可使肿处很快消散。如果叫水蛭尽快落下，可轻敲患处附近，水蛭遂即落下。

以上二法，最好在医生指导下进行。

[General Information]

书名=中医简易外治法（修订本）

作者=曲祖诒

页数=100

SS号=10225866

DX号=

出版日期=1959年12月第1版

出版社=人民卫生出版社

书名

前言

目录

一、指针疗法

1. 指针的来历
2. 指针的特点
3. 指针的运用
4. 指针的补和泻
5. 指针的常用部位
6. 指针经验方
7. 注意事项

二、点刺疗法

1. 什么叫点刺
2. 浅刺与点刺
3. 针前的检查
4. 点刺的运用
5. 点刺的部位
6. 点刺的适应症
7. 点刺的作用

三、叩刺疗法

1. 适应症
2. 工具
3. 操作
4. 作用
5. 说明

四、皮内埋针

1. 适应症
2. 工具

- 3.操作
- 4.作用
- 五、皮外埋针
  - 1.适应症
  - 2.工具
  - 3.操作
  - 4.疗程
- 六、手针疗法
  - 1.部位及适应症
  - 2.手针的刺法
- 七、火针疗法
  - 1.适应症
  - 2.操作
  - 3.作用
  - 4.注意事项
- 八、挑针疗法
  - 1.挑积法
  - 2.挑羊毛疗法
  - 3.挑癰法
  - 4.挑暴火眼法
- 九、按摩疗法
  - 1.按摩的来历
  - 2.按摩的优点
  - 3.按摩的种类和手法
  - 4.按摩的适应症和禁忌症
  - 5.按摩注意事项
- 十、刮痧疗法
  - 1.痧症是个什么病



2. 痧症的特征和症状

3. 刮痧的部位

4. 刮痧的工具

5. 怎样来刮痧

6. 痧症还有哪些治法

#### 十一、间接刮痧疗法

1. 适应症

2. 间接刮痧的部位

3. 间接刮痧的操作方法

#### 十二、火罐疗法

1. 火罐的来源

2. 火罐的种类

3. 拔火罐的方法

4. 操作的前后

5. 注意事项

6. 怎样避免火罐烫伤

7. 适应症、主穴与禁忌症

#### 十三、水罐疗法

1. 适应症

2. 工具

3. 操作

4. 起罐

5. 走罐

#### 十四、连续闪罐疗法

1. 适应症

2. 工具

3. 操作

4. 特点

## 十五、滑罐疗法

1. 适应症
2. 工具
3. 操作
4. 部位
5. 注意事项

## 十六、旋转走罐疗法

1. 适应症
2. 工具
3. 操作
4. 部位
5. 注意事项

## 十七、抓顶疗法

1. 适应症
2. 操作

## 十八、条打疗法

1. 适应症
2. 工具
3. 操作
4. 疗程
5. 注意

## 十九、抓火疗法

1. 适应症
2. 工具
3. 操作
4. 注意

## 二十、点脊疗法

1. 点脊疗法的来源

2. 治疗对象
3. 点脊的手法
4. 熟悉三路二环及操作法
5. 注意事项

## 二十一、填脐疗法

1. 适应症及填脐的药物
2. 作用

## 二十二、含漱疗法

1. 黄连含漱法
2. 三黄含漱法
3. 盐水含漱法
4. 茶水含漱法
5. 胡桃皮含漱法
6. 冰片含漱法

## 二十三、喷雾疗法

1. 连翘喷雾
2. 米醋喷雾

## 二十四、火灼疗法

1. 单纯火灼法
2. 药捻火灼法

## 二十五、捏脊疗法

1. 捏脊的特点
2. 捏脊的对象和适应症
3. 捏脊的手法
4. 注意事项

## 二十六、睡枕疗法

1. 决明子枕
2. 蒲公英枕

3.晚蚕砂枕

4.绿豆衣枕

5.菊花枕

## 二十七、握掌疗法

1.苍术握掌法

2.萝卜末握掌法

3.食盐握掌法

## 二十八、热熨疗法

1.盐熨

2.醋熨

3.麸熨

4.晚蚕砂熨

5.葱熨

6.透骨草熨

7.砖熨

## 二十九、揉动疗法

1.苏叶揉法

2.姜汁揉法

3.樟木花揉法

4.百部酒揉法

5.大枫子仁揉法

6.枯矾揉法

## 三十、煮筒疗法

1.适应症

2.制法

3.药煮

4.作法

5.注意事项

### 三十一、膏药疗法

1. 膏药的种类
2. 几种膏药的作法

### 三十二、噤化疗法

1. 硼砂噤法
2. 山豆根噤法
3. 黄柏噤法

### 三十三、沐浴疗法

1. 全身沐浴法
2. 局部沐浴法

### 三十四、淋射疗法

1. 当归淋射法
2. 赤小豆淋射法
3. 薄荷叶淋射法
4. 独活淋射法
5. 黄栀子淋射法
6. 白芨淋射法

### 三十五、发泡疗法

1. 大蒜泥发泡疗法
2. 斑蝥油发泡疗法

### 三十六、湿渍疗法

1. 菊、薄荷湿渍法
2. 大蓟湿渍法

### 三十七、探吐疗法

1. 手指探吐法
2. 韭菜叶探吐法
3. 鸡蛋清探吐法
4. 鹅翎毛探吐法

### 三十八、吸啞疗法

#### 1. 适应症

#### 2. 操作

### 三十九、?鼻疗法

#### 1. 皂角末?鼻法

#### 2. 半夏?鼻法

#### 3. 蟾酥?鼻法

### 四十、截扎疗法

#### 1. 截疗法

#### 2. 扎手指法

#### 3. 扎足趾法

### 四十一、坐药疗法

#### 1. 吴茱萸坐药法

#### 2. 枯矾坐药法

#### 3. 蛇床子坐药法

#### 4. 香附坐药法

### 四十二、拍打疗法

#### 1. 手拍打法

#### 2. 姜水拍打法

#### 3. 白酒拍打法

#### 4. 苍术拍打法

### 四十三、浸泡疗法

#### 1. 黄酒浸泡法

#### 2. 艾叶浸泡法

#### 3. 芭蕉汁浸泡法

### 四十四、敷法

#### 1. 热水敷

#### 2. 冷水敷

3. 醋敷
4. 黄酒敷
5. 桂元核粉敷
6. 绿豆粉敷
7. 连翘粉敷
8. 附子饼敷

#### 四十五、擦法

1. 香菜汁擦法
2. 葱汁擦法
3. 鸡蛋清擦法
4. 葱涎擦法
5. 生姜半夏擦法
6. 蛋擦法

#### 四十六、涂法

1. 姜汁涂法
2. 葱、蜜涂法
3. 韭菜汁涂法
4. 雄黄涂法
5. 苦苣菜汁涂法
6. 醋膏涂法
7. 蚕豆壳灰涂法
8. 豆浆涂法
9. 蓖麻子油涂法
10. 大黄油涂法
11. 石灰香油涂法
12. 獾油涂法

#### 四十七、洗法

1. 蒲公英洗法

2.霜桑叶洗法

3.黄连水法法

4.白矾水洗法

5.艾葱水洗法

#### 四十八、蒸法

1.全身蒸法

2.局部蒸法

#### 四十九、熏法

1.全身熏法

2.局部熏法

#### 五十、围法

1.鸡蛋清围法

2.赤小豆围法

3.马齿苋围法

4.木芙蓉围法

#### 五十一、掺法

1.鸡内金粉掺法

2.白芨掺法

3.青黛掺法

#### 五十二、封法

1.苏木封法

2.煅石膏封法

3.三七粉封法

#### 五十三、点法

1.点大眼角法

2.炉甘石点眼法

3.人乳点眼法

4.点痣法



#### 五十四、滴法

1. 黄连水滴法
2. 韭菜汁滴法
3. 葱汁滴法

#### 五十五、塞法

1. 枯矾塞法
2. 黑矾塞法
3. 芥菜子塞法

#### 五十六、吹法

1. 吹耳法
  2. 吹鼻法一
  3. 吹鼻法二
  4. 吹喉法
- (一)西瓜霜制法
- (二)黄瓜霜制法

#### 五十七、导法

1. 菜根导法
2. 猪胆汁导法
3. 葱汁导法

#### 五十八、扑法

1. 苦参粉扑法
2. 白芨粉扑法
3. 米粉扑法

#### 五十九、贴法

1. 贴豆腐法
2. 贴猪肉法
3. 贴玉簪叶法
4. 贴荸荠法

5.贴鸭蛋子仁法

六十、刷法

- 1.姜汁刷法
- 2.骨碎补刷法
- 3.斑蝥酒刷法

六十一、扫法

- 1.猪胆汁扫法
- 2.大黄猪胆汁扫法

六十二、罨包法

- 1.蚕茧灰干罨法
- 2.黄连水湿罨法
- 3.蒸包外治法
- 4.冰囊外治法

六十三、动物外治法

- 1.蟾蜍吸毒法
- 2.水蛭吸毒法